



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

NOHUTLU PATLICAN DOLMASI

Malzemeler :

Dolmalık patlıcan 12 Adet

Yağlı kıyma 250 Gr

Bulgur 1,5 Su Bardağı

Nohut 1/2 Su Bardağı

Domates 2 Adet

Soğan 2 Adet

Yeşil biber 2 Adet

Maydanoz 1 Demet

Komili Riviera zeytinyağı 1 Çorba Kaşığı

Yenibahar 1 Tatlı Kaşığı

Limon 1 Adet

Sarımsaklı çeşni 1 Çay Kaşığı

Tuz, karabiber

Sosu İçin :

Sarımsaklı çeşni 1 Çay Kaşığı

Salça 1 Çorba Kaşığı

Limon 1 Adet

Nane 1 Çorba Kaşığı

YAPILIŞI:

1- Nohutu 1 gece suda beklettikten sonra haşlayın. Suyunu süzün.

2- Dolmanın içini hazırlamak için, bulgur, kıyma, ince doğranmış soğan, sarımsaklı çeşni, Komili Riviera zeytinyağı, yenibahar, karabiber ve tuzu karıştırın. İnce kıyılmış biber, kabuğu soyulup küçük doğranmış domates, haşlanmış nohut, kıyılmış maydanoz ve 1 limonun suyunu ekleyin

3- Patlıcanları alacalı soyun, içini sivri bir bıçak veya kabak oyacağı ile çıkarın. Tuzlu suda 20 dakika bekletin.

4- Hazırladığınız içi, patlıcanlara doldurun. Ağızlarına kabuğu soyulup, dilimlenmiş domates yerleştirin. Geniş bir tencereye ağız kısmı yukarıya gelecek şekilde dizin.

5- Salça, sarımsaklı çeşniyi, nane, limon suyu ve 3 su bardağı suyu bir kasede karıştırın.

6- Hazırladığınız sosu dolmaların üzerine dökün.

7- Dolmaların üzerine bir tabak yerleştirip, tencerenin kapağını kapatın. 10 dakika yüksek ateşte kaynattıktan sonra, yarım saat kısık ateşte pişirin. Sıcak olarak servis yapın.