



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATLICAN DOLMASI

1 kg. patlıcan
300 gr. kıyma
1 su bardağı pirinç
1 çay bardağı kuş üzümü
2 domates
2 soğan
2 sivri biber
1 demet maydanoz
1/2 su bardağı zeytinyağı
Tuz, karabiber, pul biber, nane

Patlıcanların içini oyup tuzlu suda bekletin. Pirinç, kıyma, rendelenmiş soğan, kıyılmış maydanoz, kuş üzümü, rendelenmiş domates ve ince doğranmış biberi karıştırın, son olarak içine baharatları ekleyin. Harcı patlıcanların içlerine doldurun. Tencereye dizip üzerine sıvı yağı gezdirin. Su ekleyerek pişirin.

