



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATLICANLI ENGİNAR DOLMASI

6 adet konserve enginar çanađı
2 adet patlıcan
1 adet kırmızı biber
1 adet sivri biber
1 adet domates
1 kahve fincanı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı tuz
Yarım tatlı kaşığı karabiber

Patlıcanın kabukları soyulur, kuşbaşı doğranır, biber ve domates ince doğranır. Tavaya yağ konur, hazırlanan malzemeler atılır, gevşeyene kadar pişirilir. Enginar çanakları tencereye dizilir, patlıcanlı iç paylaşılır. Kapak kapatılır, 20 dakika pişirilir.