



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PATLICANLI HİNDİ PİRZOLA

- 8 adet Hindi Pirzola
- 4 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 adet büyük boy soğan (ince piyaz kesilmiş)
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 400 gr domates (kabukları soyulmuş, çekirdekleri temizlenmiş, küçük küp doğranmış)
- 250 ml su
- 2 çorba kaşığı limon suyu
- 1 tatlı kaşığı tarçın
- 3 adet orta boy patlıcan (alaca soyulmuş, kalın halka kesilmiş)
- 2 adet dolmalık biber (ince halka kesilmiş)
- Tuz, tane karabiber (arzu edilen miktarda dövülmüş)

Zeytinyağından 3 çorba kaşığı ayırın. Kalan yağı ısıtıp, etleri yerleştirin. Hızlı ateşte, her iki yüzlerini, altın sarısı renk alıncaya kadar, yaklaşık 3'er dak. pişirin. Etleri bir tabağa alın ve sıcak tutun.

Aynı tavada kalan yağın yarısını ısıtıp, soğanları katın. Orta ateşte ve karıştırarak, soğanlar hafif kahverengi oluncaya kadar, yaklaşık 5-6 dak. soteleyin.

Karıştırmaya devam ederek sarımsak ve domatesi ekleyip, 5 dak. pişirin. Hafifçe karıştırarak suyu ilave edip, tuz ve karabiber serpin. Hızlı ateşte kaynama noktasına kadar ısıtın. Ateşi kısın ve ara ara karıştırarak, 7-8 dak. pişirin.

Limon suyunu gezdirin. Tarçın serpip, hafifçe karıştırın.

Patlıcanların üzerine tuz serpip, 10-15 dak. bekletin. Bol suyla yıkayıp, hafifçe sıkarak fazla sularını sıkın ve kağıt havlu ile kurulayın.

Kalan yağı ısıtıp, patlıcanları yerleştirin. Hızlı ateşte, her iki tarafları altın sarısı renk alıncaya kadar, 1-2 dak. kızartın ve kalın dipli, yayvan bir tencereye yerleştirin. Aynı tavada biberleri, hızlı ateşte 2-3 dak. pişirin.

Patlıcanların üzerine sırasıyla etleri yerleştirin, domates sosunu gezdirin ve biberleri serpin. Hızlı ateşte kaynama noktasına kadar ısıtın. Ateşi kısın, tencerenin kapağını kapatın ve etler yumuşayıncaya kadar, yaklaşık 15-20 dak. pişirin. Sıcak servis yapın.

