



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ALİNAZİK

1/2 kg. patlıcan
3 orba kaşığı margarin
2 su bardaęı süzme yoęurt
4 diş sarımsak
400 gr. kıyma
2 adet biber
1 adet domates
Tuz

Patlıcanları közleyip kabuklarını soyun ve çatalla ezin. Sıcakken hemen bir çorba kaşığı margarini ilave edin. Yoęurda dövölmüş sarımsak ve biraz tuz ilave edip patlıcana katın. Biraz daha tuz ilave edip iyice karıştırın. Kıymayı, margarinle kavurun. Küçük doğranmış biber, kırmızıbiber ve tuz ekleyip biraz kavurun. Patlıcanı servis tabağına alın. Üzerine kavrulmuş kıyma ve domates dilimleri koyup servis yapın.