



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ALINAZİK

1/2 kg. patlıcan
3 çorba kaşığı margarin
2 su bardağı süzme yoğurt
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. Yoğurda dövülmüş 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.