



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BEĞENDİLİ PALAMUT

Malzemeler:

1 adet palamut
1 adet iri patlıcan
1,5 çay bardağı süt
1 tatlı kaşığı un
1 çorba kaşığı tereyağı
3 çorba kaşığı sıvı yağ
Tuz, karabiber

Hazırlanışı:

Palamut fileto şeklinde hazırlanır, teflon tavada, sıvı yağda kızartılır. Patlıcan közlenir, sıcakken soyulur, ince ince doğranır. Tavaya tereyağı konur, ısınınca un eklenir. Unun kokusu gidince patlıcan atılır. Birkaç dakika sonra soğuk süt eklenir. En son tuz ve karabiber atılarak beğendinin yapımı tamamlanır. Servis tabağına bir miktar beğendi konur. Üzerine palamut yerleştirilir, servise sunulur.