



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇIĞIRTMA (İZMİR)

Yöremın Yemeđi Annemin Emeđi Projesi

Domates (4 adet)
Biber (10 adet)
Patlıcan (4-5 adet)
Sarımşak (1-2 diş)
Kızartma için sıvı yağ
Tuz

Yıkanan patlıcanlar alacalı şekilde soyulur ve uzun olarak doğranır.

Tuzlu suda bir müddet bekletilir.

Biberler saplarından ayrılır, çekirdekleri temizlenir.

Kurulan patlıcan ve biberler yağda kızartılır. (Bergama'da zeytinyağı ile kızartılır.)

Domatesler soyulur küp küp doğranır,

Aynı tavada kızartma işlemi bittikten sonra fazla yağ süzülür (bir miktar kalır) kızarmış patlıcan ve biberler yerleştirilir.

Üstlerine doğranmış domates ve sarımşaklar tercih miktarı tuz ilave edilir. Tavanın üzerine bir kapak kapatılır, domatesler eriyene kadar pişirilir.

