



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇIĞIRTMA

Kullanılacak Malzemeler

tuz
sıvıyağ
sarımsak
domates
biber
patlıcan

Hazırlanma Şekli

patlıcanlar soyulur.saplarını koparmadan sadece fazla yerleri kesilir.daha sonra yukarıdan başlayarak aşağıya doğru etrafından dönerek kesilir.patlıcanlar bütün halde kızartılır.ardından biberler kızartılır.diğer tarafta domates ve sarımsaklar doğranarak karıştırılır.(bol sarımsaklı tercih edilmelidir)bu karışım daha önce kızarttığımız patlıcan ver biberlerin üzerine dökülerek 15 dakika pişirilir.
