



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DOLDURULMUŞ PATLICAN

2 adet patlıcan
100 gram basmati pirinci
400 gram kuşbaşı et
1 adet soğan
2 diş sarımsak
400 gram domates
Yarım çay kaşığı tarçın
Yarım çay bardağı dolmalık fıstık
Yarım çay bardağı file fıstık
50 gram kuru üzüm
Yarım limonun suyu
1 yemek kaşığı margarin
Tuz
Karabiber
1 yemek kaşığı kıyılmış maydanoz
2 adet ince dilimlenmiş domates

Patlıcanları enine ortadan ikiye kesin. Kenarlardan 1 cm bırakarak içini çıkartın ve tuzlu suda bekletin. Fırını 180 dereceye ayarlayın. Patlıcanları kurularak fırında 15 dakika pişirin. Pirinci tuzlu suda haşlayın ve süzün. Ufak doğranmış kuşbaşı etleri margarin ile yüksek ateşte soteleyerek pişirin. Küp doğranmış soğan ve sarımsakları ekleyin ve pembeleşinceye kadar pişirmeye devam edin. Domates ve baharatları ekleyip sebzeler yumuşayınca kadar pişirin. Limon suyu, pirinç, tuz, kuru üzüm, kıyılmış maydanoz ve dolmalık fıstıkları ekleyip karıştırın. Hazırladığınız karışımı patlıcanların içlerine paylaştırıp her birinin üzerine ince dilimlenmiş domates dizin. Patlıcanları fırın kabına yerleştirip bir miktar sıcak su dökün. Üzerini alüminyum folyo ile örtün ve fırında 35 dakika pişirin. Folyoyu kaldırıp 8-10 dakika daha pişirin. Üzerine file fıstık ve kıyılmış maydanoz serpiştirip sıcak servis yapın.