



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## DOMETESTE RAFADAN YUMURTA

Michael Montignac

6 KÜÇÜK YUMURTA  
6 BÜYÜK OLGUN DOMATES  
40 GR GRAVYER PEYNİRİ RENDESİ  
1/2 ÇORBA KAŞIĞI KEKİK  
ZEYTİNYAĞI  
TUZ  
KARABİBER

Domatesleri yıkayın, üstlerinden bir oyuk açın ve bir çay kaşığı ile dikkatlice içlerini oyun. Çıkan içleri bir tarafta biriktirin. İçi boşalan domateslerin içine biraz kaya tuzu serpiştirin ve bir tabağa ters çevirerek 1-2 saat bekletin. Domates içlerini kuvvetli ateşte 2 çorba kaşığı zeytinyağı ile 10-15 dakika pişirin. Sonra tuz ve kekik katın. Fırını 190 dereceye getirin.

Domatesleri ve kesilen kapaklarını yağlanmış fırın tepsisine koyun ve 12-15 dakika fırınlayın. Sonra çıkarın ve üstlerine biraz gravyer rendesi serpiştirin.

Her domatesin içine birer yumurta kırın. Üstlerine önceden yaptığınız domates püresini ve kalan gravyer rendesini paylaşın. Kapaklarını takın.

Fırında 10-15 dakika daha pişirin. Sıcak servis yapın.