



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ PATLICAN YEMEĞİ

5 patlıcan
Yarım kg kuşbaşı dana eti
1 soğan
3 yeşil biber
2 domates
1 yemek kaşığı domates salçası
Karabiber
Tuz
2 su bardağı su
Kızartmak için:
Sıvı yağ

Etlı patlıcan yemeği tarifi için patlıcanları alacalı şekilde soyun ve küp şeklinde doğrayın. Patlıcanların acısının gitmesi için tuzlu suda bekletin.

Kuşbaşı etini düdüklüye koyup mühürledikten sonra soğanı ekleyin. Biraz sıvı yağ koyup karıştırın ve içine 1,5 su bardağı su koyup, 40 dakika kadar pişirin.

Etler pişerken, küp şeklinde doğradığınız patlıcanları tuzlu sudan alıp bir bez üzerinde suyunu aldıktan sonra kızartın ve ardından havlu kağıdın üzerine alın.

Soğanla birlikte düdüklüde pişen eti tencerenin dibine yayın. Üzerine kızartılan patlıcanları koyun. Onun da üstüne doğradığınız biber ve yemeklik doğradığınız domatesleri yayın.

Etlı patlıcan yemeği için başka bir tavada salçalı sos hazırlayın. Düdüklüde pişen etten kalan et suda salçayı eritin ve yemeğin üzerine gezdirin.

Tuz, karabiber ekleyip önce yüksek ateşte sonra da orta ateşte pişirin. Etlı patlıcan yemeği hazır.

