



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## HAVUÇLU PATLICAN EZME

2 adet patlıcan  
2 adet havuç  
1 limon  
3 diř sarımsak  
3 dolamalık biber  
5 orba kaşığı zeytinyağı  
2 orba kaşığı sirke

Patlıcanları ve biberleri közleyin. Kabuklarını soyup aynı kabın içinde karıştırıp iyice ezin. zerine limon suyu, sirke ve ezilmiş sarımsakları ekleyip biraz ezerek karıştırın. Havuçları da rendeleyin ve az yağıda sote edip patlıcanlı karışıma ekleyin. Son olarak zeytinyağını da üzerine gezdirin. Etin ya da tavuğun yanında ikram edebilirsiniz. Haşlanmış makarnayla birlikte çok lezzetli oluyor.