



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## KARNİYARIK (BULDAN DENİZLİ)

Yard. Doç. Dr. Ramazan GÖKÇE

Önce iç hazırlanır. Bunun için bir miktar yağlı kıyma alınıp soğan ile kavrulur. Daha sonra orta boy patlıcanlar alınıp karnı yarılır ve bir miktar içi çıkartılır. Çıkan iç yerine hazırlanan iç ve daha sonra ilave edilen sarımsaklar ile maydanoz doldurulup patlıcanlar tepsiye dizilir. Pişirme esnasında tepsiye yapışmasını önlemek için bir miktar su ilave edilerek fırınlanır.

Not: Bu yemek yoğurt veya cacık ile servis edilir.

---