



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARNIYARIK

4 adet kemer patlıcan
400 gram kıyma
3 adet sivribiber
1 adet soğan
6 diş sarımsak
Maydanoz
Tuz, karabiber
3 adet domates
2 çorba kaşığı tereyağı
5 çorba kaşığı zeytinyağı

Patlıcanların kabuklarını alacalı soyun, üzerini yağlayıp fırında ızgarada közleyin. Bu arada içi için soğanı ve yağı kavurup kıymayı ekleyin. Kavurmaya devam edin. İçine kıyılmış sivribiberi, rendelenmiş domatesi, sarımsağı ve baharatları ekleyip kavurmaya devam edin. Son olarak kıyılmış bol maydanozu içine ekleyin. Pişmiş patlıcanların içlerine kıymalı içi yerleştirin, tencerede az suyla pişmeye bırakın. Sıcak olarak servis yapın.