



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARNİYARIK

5 adet orta boy patlıcan
3 çorba kaşığı tuz (patlıcanları suda bekletmek için)
1 su bardağı sıvıyağ (patlıcanları kızartmak için)
2 orta boy soğan (doğranmış)
3-4 diş sarımsak
300 gr. kıyma
4 adet ortaboy domates
Bir tutam maydanoz,
Tuz
Karabiber
1 su bardağı su veya et suyu
1 yemek kaşığı salça
Sunum için :
5 adet sivribiber

Patlıcanların saplarını kısaltın ve kabuklarını almalı soyun.

Alta geçmiyecek şekilde boydan boya çizim. 20-25 dakika tuzlu suda bekleterek, acısını alın ve yıkayıp, kurulayın.

Bir tavaya 1 bardak sıvıyağı koyun ve patlıcanların her iyice yumuşayıp rengi dönünceye kadar kızartın.

Kızarmış patlıcanları tavadan alıp, peçete üzerine koyarak fazla yağın alın.

Kızartma yaptığınız tavanın fazla yağın süzün (2 yemek kaşığı kadar kalsa yeterli) yemeklik doğradığınız soğanları ve sarımsakları kızgın yağa ilave edip, yumuşayınca kadar sürekli kavurun.

Kıymayı ilave edip, birkaç dakika kıyma suyunu bırakıp tekrar çekene kadar, karıştırarak pişirin. Küp küp doğradığınız yada rondodan geçirdiğiniz domatesi ilave edin ve birkaç dakika domates suyunu çekene kadar pişirin. Tencereyi ocaktan alın, kıyılmış maydanoz, tuz ve biberi ilave edip, karıştırın.

Kızartılmış patlıcanları bir tepsiye dizin ve patlıcanların ortasındaki yarıkları maşa yada çatal yardımı ile genişleterek hazırladığınız harcı doldurun. Hafifçe yağda kızarttığınız sivribiberleri üzerlerine yerleştirip süsleyin.

1 su bardağı et suyunu kalan domates püresi ve salça ile karıştırın. Sosu tepsinin kenarından dökün.

Önceden 180 derecede ısıtmış olduğunuz fırında, patlıcanlar yumuşayınca kadar yaklaşık 25-30 dakika fırında pişirin. Karniyarıklarınızı, üzerlerine pişme suyunu gezdirdikten sonra sıcak servis yapın.



