



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARNİYARIK

4 adet küçük boy patlıcan
Kıymalı Harç İçin;
1 adet orta boy soğan
1 adet domates
1 yemek kaşığı salça
2 diş sarımsak
1 yemek kaşığı sıvı yağ
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
200 gram kıyma
1 çay bardağı sıcak su
Sosu İçin;
1 yemek kaşığı salça
1 su bardağı sıcak su

Airfryer'da karniyarik iç harcı için soğanları ve yemeklik doğrayın ve kavurun. Kıymayı ekleyip kavurmaya devam edin. Sarımsağı ekleyin. Domates sosunu ve salçayı ekleyin. Tuz ve baharatları da ekleyip karıştırın. Üzerine suyunu da ekleyip 5 dakika kaynatın. Patlıcanları alacalı soyun ve tuzlu suyun içinde yarım saat kadar bekletin. İyice kurulayıp fırça yardımıyla her yerini yağlayın ve 200 derece 15-20 dakika kadar kontrollü pişirin. Patlıcanların ortalarını kesin ve açtırın. Kıymalı harçla patlıcanları doldurun. Sosunu ekleyip 5 dakika daha pişirin.

