



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARNİYARIK

2 adet patlıcan
150 gr. kıyma
Kızartmak için sıvıyağ
1 adet soğan
Yarım demet maydanoz
2 adet domates
2 adet yeşil biber
1 çorba kaşığı salça
1 çay kaşığı kırmızı biber
Tuz

Patlıcanları alacalı soyun ve tuzlu suda 15 dk. bekletin. Sudan aldığınız patlıcanları temiz bir mutfak havlusu ile kurulayın. Sıvı yağı kızdırın, patlıcanları içine atıp kızartın ve kağıt mutfak havlusunun üzerine çıkarın. Başka bir tencerede iki çorba kaşığı sıvıyağ kızdırın, yemeklik doğranmış soğanı pembeleşinceye dek kavurun ve kıymayı tencereye alın. Bir çorba kaşığı salçayla birkaç dakika daha kavurun, ince kıyılmış maydanoz, tuz ve kırmızı biber ekleyin. Tencereyi ocaktan alın ve patlıcanların ortasını bıçakla açın. Hazırladığınız harcı patlıcanların içine doldurun ve tepsiye dizin. Artan domates ve biberleri dilimleyerek patlıcanların üzerine koyun. Bir su bardağı su ilave edin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 15 dk. pişirin.