



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## KARNİYARIK

6 adet orta boy patlıcan  
2 adet kuru soğan  
3 adet domates  
250 gr. kıyma  
1/3 bardak ayçiçek yağı  
2 çorba kaşığı margarin  
1 bardak etsuyu  
Yarım demet maydanoz  
Tuz  
Karabiber

Patlıcanları çubuklu soyup ortalarından ikiye ayırın, tuzlu suya atarak biraz bekletin, domateslerin kabuklarını soyup küçük küp şeklinde doğrayın, soğanları yemeklik doğrayın. Kızgın yağda sudan çıkartıp kuruladığınız patlıcanları hafif kızartın. Başka bir kaptaki margarini eritip, soğanları kavurun. Kıymaları ilave edip biraz kavurduktan sonra, domatesleri ekleyin, tuz ve karabiberi de katın, biraz çevirip ocaktan alın. Patlıcanların içine hazırladığımız bu içten doldurun, üzerlerine birer dilim domates ve bir biber koyun. 1 bardak et suyunu üzerine döküp fırına verin 20 dakika pişirin, üzerine kıyılmış maydanoz serperek servis yapın.

