



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KOLAY PATLICAN OTURTMA

2 bostan patlıcanı
1 bardak çiçek yağı
3 Çorba kaşığı yağ
Orta boy 1 adet soğan
250 gr. yağsız kıyma
2 orta boy domates
2 Su bardağı su
Tuz
Ortadan ikiye kesilmiş 2 küçük domates
Ortadan ikiye kesilmiş 2 dolma biber
1 bağ maydanoz

Patlıcanları yan yatırıp ortadan ikiye bölün, ortadaki kabukları soyun, yanlarda biraz kalsın. Sonra içlerini biraz oyun. 3 kaşık yağda kızartın. Soğanı ince doğrayıp 1 kaşık yağda 3 dakika kavurun, kıymayı da katıp 5 dakika dah kavurun. 2 orta boy domatesi rendeleyip tuzla birlikte katın, suyunu ilave edin. 15 dakika pişirip ateşten alın ve yağın süzdürün. Sonra maydanozları katın ve hepsini karıştırıp patlıcanların içini doldurun. Üzerlerini birer parça ve biberle süsleyip 30 dakika pişirin.