



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANCA

- 1 Yemek Kaşığı Sana Klasik
- 5 Diş sarımsak
- 3 Adet patlıcan (iri)
- 5 Adet çarliston biber
- 4 Adet kırmızı biber
- 2 Adet Domates

Patlıcan ve biberler ocak yada fırında közlenir. domatesler kabukları soyulup küp küp doğranır. Tencereye margarin konulur sarımsaklar ve domatesler pişirilir. Tuz eklenir közlenen patlıcan ve biberler küp küp doğranır. Domates sosu üzerine dökülür ve çekmesi sağlanır. Servis edilir.
