



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MEFTUNE (DİYARBAKIR)

400 g kuşbaşı koyun eti
2 Su Bardağı Pirinç
4 Adet Domates
2 Adet Soğan
2 Adet Biber
6 Diş Sarımsak
1/2 Su Bardağı Zeytinyağı
2.5 Su Bardağı Sıcak Su
1 Tatlı Kaşığı Toz şeker
1 Tatlı Kaşığı Tuz

Etləri kızdırılmış yağda 3-4 dakika çevirelim. İnce doğranmış soğan, sarımsak, biber ve domatesleri ilave edip 7-8 dakika pişirelim. Alaca soyulmuş patlıcanları boyuna dörde bölüp ortadan üçe keselim. Etlere üzerine dizelim. Yarım bardak sıcak su ilave edip 15 dakika pişirelim. Pirinci ayıklayıp üzerine tuz atalım. Sıcak suda 15 dakika bekletip yıkayalım. Pirinci patlıcanların üzerine yayalım. Tuz ve şeker ekleyelim. 2 bardak sıcak su ilave edip göz göz oluncaya kadar pişirelim. 15 dakika demlendirelim. Geniş bir tabağa ters çevrilerek servis yapalım.

