



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MEFTUNE (DİYARBAKIR)

Mazda Lezzete Götüren Marka
Mehmet Yaşin

350 gr parça dana eti
1 adet orta boy soğan
4 diş sarımsak
3 adet orta boy patlıcan
2 adet orta boy sivri biber
15 gr tereyağı
2 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
1, 5 su bardağı sıcak su
Kızartmak için:
1 su bardağı ayçiçeği yağı

Tereyağını tavada eritin. 350 gr dana etini ekleyip kavurun. Soğanın kabuğunu soyup kıyın. 4 diş sarımsağın kabuğunu soyup ikiye kesin. Soğanları ve sarımsakları kavrulmakta olan ete ilave edin. 5- 6 dakika karıştırarak kavurmaya devam edin. Kavrulmuş etlerin ve soğanların üzerine 1, 5 su bardağı sıcak su ekleyip 10 dakika pişirin. 3 adet orta boy patlıcanın kabuklarını tamamiyle soyun ve uzunlamasına dörde bölün. Ortadan ikiye kesip çekirdeklerini çıkardığınız 2 adet orta boy sivri biberi de aynı boyda kesin. Patlıcanların üzerine 1 çay kaşığı tuz serpin. Patlıcanların acılarını almak için içinde 2- 3 su bardağı su bulunan bir kaptaki 15 dakika bekletin. Patlıcanları sudan çıkarıp bir kağıt havlunun üzerine alın ve kurutun. 1 su bardağı ayçiçeği yağın tavadaki ısıtın. Patlıcanları kızgın yağda kızartın. Kızaran patlıcanları önceden kağıt havlu serdiğiniz bir kabın içine alın. Aynı işlemi önceden dilimlediğiniz biberlere de uygulayın. Kavrulmakta olan ete, kalan 1 çay kaşığı tuzu ve 1 çay kaşığı karabiberi ilave edip karıştırın. 2- 3 dakika daha kavurup ocaktan alın. Bir tencerenin tabanına önceden kızarttığınız patlıcanları dizin. Patlıcanların aralarına kızartmış olduğunuz biberleri dizin. Ortasına kavurduğunuz etleri yerleştirin. Etlerin suyunu da bu karışımın üzerine ilave edin. Üzerine bir tabak kapatın. Tencerenin kapağını kapatarak yemeği bu şekilde 30 dakika kısık ateşte pişirin. Tencereyi servis tabağına ters çevirerek yemeği aktarın. Sıcak servis yapın.

