



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MERCİMEKLİ VE NOHUTLU KARNİYARIK

- 1 su bardağı nohut
- 1 su bardağı mercimek
- 4 adet bostan patlıcanı
- 2 yemek kaşığı sıvı yağ
- 3 adet domates
- 2 adet soğan
- 2 adet sivri biber
- 2 adet kırmızı yağ biberi
- 3 diş sarımsak
- 1 çorba kaşığı domates salçası
- 1 tatlı kaşığı tuz
- Yarım çay kaşığı karabiber
- Yarım çay kaşığı kırmızı pul biber
- 250 gr kaşar peyniri
- Yarım demet maydanoz
- 1 su bardağı ay çiçek yağı

Nohut ve mercimeği haşlayın. Nohutları bir gece önceden haşlayıp zarlarını çıkarmanızda fayda var. Patlıcanları alacalı soyup boyuna ikiye kesin. Patlıcanların üzerine tuz serpip bir süre bekletin daha sonra iyice yukayıp kurulayıp kızgın yağda kızartın. Başka bir tavaya 2 yemek kaşığı yağı koyup ısıtın. Üzerine yarım ay şeklinde doğradığınız soğanı ve sarımsağı ilave edip soteleyin. Küp şeklinde doğradığınız biberleri de ekleyin. Kabuklarını soyduğunuz ve yemeklik doğradığınız domatesi ve salçayı ilave edip sotelemeye devam edin. Malzeme yumuşayınca nohudu ve mercimeği ekleyip karıştırın. Tuzu, karabiberi ve pul biberi ekleyin. Ocaktan almaya yakın kıyılmış maydanozu ekleyip karıştırın ve ocaktan alın. Patlıcanların içini çatal yardımıyla açın. Hazırladığınız harcı içlerine paylaşın. Kaşar peynirini serpin. önceden ısıtılmış 200 derece fırında kızarıncaya kadar pişirin. Sıcak servis yapın.

