



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## MÜTEBBEL

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

2 adet orta boy patlıcan  
2 diş sarımsak, ezilmiş  
1/4 su bardağı süzme yoğurt  
2 yemek kaşığı tahin  
1 yemek kaşığı limon suyu  
1 çay kaşığı kimyon  
1 çay kaşığı toz kırmızı biber  
Tuz  
Taze maydanoz (servis için)  
Zeytinyağı (servis için)

Patlıcanların üzerine birkaç yerinden çatalla delikler açın ve közlemek için ocakta veya mangalda közleyin. Kabukları siyahlaşıp yumuşayana kadar közleyin. Alternatif olarak fırında da közleyebilirsiniz. Közlenen patlıcanları bir kaseye alın ve üzerini streç filmle kapatın. Patlıcanların buharı altında 10-15 dakika dinlendirin.

Dinlenen patlıcanların kabuklarını soyun ve ezerek püre haline getirin. İyice ezildiğinden emin olmak için bir miktar daha karıştırın.

Ezilmiş patlıcanları bir kaseye alın. Üzerine süzme yoğurt, tahin, limon suyu, ezilmiş sarımsak, kimyon, toz kırmızı biber ve tuz ekleyin. Tüm malzemeleri bir spatula veya kaşık yardımıyla iyice karıştırın.

Hazırladığınız Mütebbel'i servis tabağına alın. Üzerini zeytinyağı ile gezdirin ve taze maydanoz yaprakları ile süsleyerek servis yapın.

Dilimlenmiş pide veya lavaş ekmek ile birlikte servis edebilirsiniz.

Not: Mütebbel, servis yapmadan önce buzdolabında bir süre dinlendirilirse daha lezzetli olacaktır.

Tahin ve limon suyu miktarını damak zevkinize göre ayarlayabilirsiniz. Daha fazla limon suyu ekleyerek veya tahin miktarını artırarak kendi tadınıza uygun hale getirebilirsiniz.

