



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NARLI PATLICAN DOLMASI

Patlıcan 2 adet 5 gr
Soğan 1 adet 110 gr
Sarımsak 2 diş 8 gr
Nar 1/4 12 gr
Elma 1/4 29 gr
Pirinç 1 su bardağı 150 gr
Havuç 1 adet kapak olarak kullanılacaktır.

Tüm malzemeler ayrı ayrı yıkanır.

İlk olarak patlıcanlar ikiye bölünür ve içleri oyulur.

İç harcı için soğan sarımsak, elma, havuç yemeklik doğranır ve ardından nar, pirinç, zeytinyağı, tuz, karabiber eklenerek bir harç elde edilir.

Elde edilen harç oyulan patlıcanların içerisine eklenir ve dileğe göre salçalı veya salçasız suda 180 derecede 35 dk üzeri alimunyum folya ile kapalı fırın tepsisinde pişirilir.

Dileğe göre sıcak veya soğuk servis edilebilir.

