



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NOHUTLU PATLICAN DOLMASI

<https://pomatsite.blogspot.com.tr>

30 kadar kurutulmuş patlıcan (tercihe göre kurutulmuş biber)
2 su bardağı bulgur
1 su bardağı mercimek
1.5 su bardağı nohut (kırık nohutta olabilir)
3 yemek kaşığı salça (tercihe göre biber ya da domates)
2 tahta kaşık zeytinyağı
Kırmızı biber
Reyhan
Kimyon
Kekik
Nane
Tuz

Nohutu önceden düdüklüde haşlayın. Mercimeği haşlayın. Bulguru şişmeye bırakın. Soğanları yemeklik doğrayıp yağda kavurun. Bulguru, mercimeği ve nohutu katıp harmanlayın. Üzerinde 2-3 cm kalacak biçimde su ekleyip demlenmeye bırakın. Demlendikten sonra salçayı karıştırıp tuz ve baharat ekleyin. Patlıcanları yıkayın, hepsini kaynamakta olan suya teker teker batırıp çıkararak haşlayın. (hepsini aynı anda atmayın, birer ikişer atabilirsiniz.) sonra dolmaları doldurun, tencereye dizip üstüne gelmeyecek kadar su ekleyin. Bu halde pişmeye bırakın, yanına ek olarak limon ve acı çok yakışıyor.

