



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU PATLICAN DOLMASI

1 kg patlıcan
1 su bardağı nohut
250 gr kıyma
1 ay bardağı bulgur
1 adet soğan
Yarım demet
Yarım demet dereotu
1 orba kaşığı salça
1 ay bardağı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
1 su bardağı su

Nohut haşlanır. Soğan ince doğranır. İnce kıyılmış maydanoz, dereotu, tuz, karabiber, salça, nohut, sıvı yağ yıkanmış bulgur ve kıyma konur, az su eklenir, karıştırılır. Patlıcanlar soyulmadan, enine 2-3 parçaya kesilir. İçleri kaşık yardımıyla oyulur ve doldurulur. Dolmalar bir tencereye dizilir. Üzerine 1 su bardağı su gezdirilir. Kapak kapatılır, 30-35 dakika pişirilir.