



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATLICAN BASTISI

Yerli ve tatlı patlıcanlarımızdan lüzumu kadar aldıktan sonra, bugün, doktorlarımızın vitamin tavsiyesi bakımından kabukları soyulmadan veya kısmen ondüle soyularak, boylamasına dörde bölmeli ve patlıcan uzunluğuna göre, her dilimi de iki, üç parçaya doğrayarak tuzlayıp bir kaptaki bırakmalıdır.

Yağlı eti uygun surette bir tencereye doğrayıp kuvvetli ateşe oturtunuz.

Kendi yağını koyuverip cızıldamağa başladığı sırada soğanları doğrayınız. Etle karıştırıp kızarmağa yüz tutunca, bolca taze domatesleri de kesip patlıcanlarla beraber tencereye yerleştiriniz.

Kâfi miktarda su, tuz ve biber de koyarak bu defa orta kuvvette ateşte pişirmelidir.
