



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## PATLICAN DOLMASI

<https://azerbaijans.com>

Koyun eti 163 gr  
Patlıcan 300 gr  
Baş soğan 20 gr  
Erimiş yağ 20 gr  
Domates 50 gr  
Yeşillik (reyhan, kişniş) 15 gr  
Tarçın 0,2 gr  
Yoğurt 50 gr  
Biber 0,1 gr  
Tuz

Patlıcanın sapları kesilir ve içi oyulur. Soğuk tuzlu suya batırılır, kaynayana kadar ısıtılır. 1-2 dakika bekletilir. İçerisi doldurularak pişirilir.