



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## PATLICAN HAŞLAMASI (DİYET)

150 gr patlıcan  
1/2 limon  
1/2 kaşık tereyağı  
4 bardak su

Patlıcan yıkanır, sapları ayıklandıktan, bıçakla kesildikten sonra «alaca» denilen biçimde, bir parmak eninde kabuk, bir parmak eninde kesilmiş, sarımsak yer bırakılarak uzunlamasına dörde bölünür. Her bir parça da küp şekerden biraz daha büyükçe parçalar halinde doğranır.

Bir tencerede kaynatılan suda 20 dakika kadar haşlanır. Süzildikten ve tenceredeki su değiştirildikten sonra, suya yarım limon sıkılır, patlıcanlar tekrar tencereye konur, pişirilir.

İkinci kaynama da 15-20 dakika kadar sürer. Patlıcanlar iyice piştikten sonra suları süzülerek tabağa alınır. Üzerine hafif tereyağı konularak yenir.