



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATLICAN KANEPE

2 orta boy patlıcan
2 büyük domates
1 küçük soğan
4 sivri biber
1 bardak diyet yoğurt
1 kaşık zeytinyağı
6 adet Etimek

Soğanı soyun, ince kıyın, yağla bir tencereye alın ve iyice öldürün. Patlıcanları alacalı soyun, küp doğrayın tencereye atın, karıştırın. Biberleri kıyıp ekleyin. Domatesi rendeleyin, tencereye katın. Patlıcanlar pişene dek pişirin. Suyunu çok çekerse yarım kahve fincanı veya daha fazla su ekleyin. Pişince Etimeklerin üstüne koyun, yoğurt ile servis yapın.