



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATLICAN YALANCI DOLMA

Patlıcanların çok düzgünlerini seçiniz. Sap taraflarından kapak çıkarıp içini oyunuz. Patlıcanlara yetişecek kadar soğan çentiniz, tencerede zeytinyağı ile kızartınız. Yeteri kadar pirinç, kıyılmış nane, tuz, biber ve tozşeker koyunuz, sararınca kadar çevirdikten sonra domates ve yağsız etsuyuyla tavlayınız, patlıcanları sıkı olmayacak şekilde doldurunuz. Saplarını harem içine sokarak ağızlarını kapayıp tencereye diziniz, üstüne su ya da etsuyu gezdiriniz, kapayıp orta ateşe sürünüz. Pişince soğutunuz. Servis yapınız.