



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ŞAKŞUKA

4 adet orta boy patlıcan  
1 yemek kaşığı un  
Kızartmak için sıvı yağ  
1 büyük boy soğan  
3 büyük boy domates  
1 tatlı kaşığı domates salçası  
2 diş sarımsak  
4-5 adet sivribiber  
Tuz, karabiber  
Üzeri için:  
200 gr süzme yoğurt  
2 diş sarımsak, havanda ezilmiş

Patlıcanları alacalı soyduktan sonra küp küp doğrayın ve tuzlu suda, acılığını gidermesi için yarım saat bekletin. Daha sonra birkaç kez akan suyun altından yıkayıp süzün ve kızartırken yağların sıçramaması için iyice kurulayın.

Patlıcanları tepsiye aktarın. Üzerine un serpip tepsiyi hafifçe sallayın.

Yağı kızdırın. Patlıcanları kızartın.

Diğer tarafta sos tenceresinde 2-3 yemek kaşığı sıvı yağı ısıtıp zar şeklinde doğranmış soğanı ve sarımsakları kavurun. Biberi ekleyip birkaç kez çevirin. Rendelenmiş domatesi, salçayı, tuzu ve karabiberi ilave edin. Sos haline gelene dek orta ateşte pişirin.

Patlıcanların üzerine hazırladığınız sosu dökün. En son havanda ezilmiş sarımsaklarla birlikte karıştırdığınız süzme yoğurdu dökün.

