



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SARIMSAKLI IZGARA PATLICAN

750 gr. patlıcan
100 ml. zeytinyağı
3-4 diş sarımsak
Bir fiske kimyon
Tuz ve karabiber
Bir tutam ince kıyılmış taze nane
Bir kase yoğurt

Patlıcanları 1 cm. kalınlığında halkalar halinde doğrayın. Acısını almak için tuzlu suda bir süre bekletin. Sudun çıkarıp fazla suyunu nazikçe sıkın. Sarımsakları tuzla birlikte dövün. Bir kaptaki zeytinyağı, kimyon ve karabiberle karıştırın. Patlıcanları ızgarada önlü arkalı yumuşayınca kadar pişirin. Sarımsaklı karışımı patlıcanlara önlü arkalı sürün. Üzerine ince kıyılmış nane yapraklarını serpiştirerek yoğurtla birlikte servis edebilirsiniz.

Not: Pişmemiş sarımsak hem daha fazla kokar hem de midesinde sorunu olanları rahatsız edebilir. Bu durumda dilerseniz sarımsakları az bir yağda hafifçe çevirerek sosu hazırlayabilirsiniz.