



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ AŞ (HATAY)

Hatay Valiliği
Antakya Mutfağı - Süheyl Budak

MALZEMELER

3 su bardağı su
Tuz
2 adet patlıcan
1 baş soğan
2 adet domates
1,5 su bardağı iri bulgur
1 adet yeşil biber
1/2 su bardağı zeytinyağı

YAPILIŞI

Bütün sebzeler yıkandıktan sonra, patlıcan ve domatesin kabukları soyulup doğranır. Soğan ve yeşil biber ince doğranır. Bir tencereye yağın yarısı konularak kıyılmış soğanlar içine atılarak sarartılır. Üstüne patlıcan, domates, biber ve tuz ilave edilerek hafifçe öldürülür ve bir bardak su ile yumuşayınca kadar pişirilir. Geriye kalan iki bardak su ilave edilerek kaynatılır ve bulgur konulur. Bulgur, açılmış ve hafif sulu iken ateşten alınır. Yağın diğer kısmı kızartılarak üstüne dökülür ve dinlendirmeden servis edilir.