



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ VE KIYMALI PATLICAN

2 Yemek Kaşığı Sana Mutlu Aile

3 Adet yeşil biber

250 gr az yağlı kıyma

3 Adet Domates

4 Adet patlıcan

3 Adet kırmızı biber

Patlıcan, domates ve biberleri közde pişirin, kabuklarını soyun ve doğrayın. İyice karıştırın ve biraz tuz ile karabiber ilave edin. Kıymayı 2 yemek kaşığı margarin ile kavurun ve biraz tuz ve karabiber ilave edin ve sebze karışımının üzerine ilave edin.
