



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SÖĞÜRME

2 adet bostan patlıcanı
2 adet domates
1 adet kuru soğan
1 adet kapya biber
2 adet sivri biber
Yarım çay bardağı zeytinyağı
2 adet kesme şeker
2 diş sarımsak
Tuz
Kırmızı pul biber
Maydanoz

Patlıcanları yıkayıp kurulayın.
Mangalda ya da fırında közleyip kabuklarını soyun.
Patlıcanların içlerini parmak boyunda doğrayın.
Domatesleri de soyup küp küp doğrayın.
Biberleri çekirdeklerini çıkardıktan sonra ince uzun doğrayın.
Sarımsakları ince ince kıyın.
Soğanları küp küp doğrayıp sıvı yağda kavurun.
Domatesleri de soğana ilave edin ve kavurmaya devam edin.
Biberleri de ekleyip kavurmayı sürdürün.
Birkaç dakika kavurduktan sonra patlıcan, tuz ve şekeri diğer malzemelere ilave edin.
İnce ince kıydığınız sarımsakları da diğer sebzelere ekleyin.
Son olarak 1 çay bardağı su ekleyip, patlıcanlar suyu çekene kadar pişirin.
Maydanozları ince ince kıyın. Patlıcanların üzerine serpin.
Söğürme servise hazır.

