



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TON BALIĞI SOSLU FIRIN PATLICAN

2 kutu Ayçiçek yağlı Dardanel Ton
4 adet bostan patlıcan
6 adet domates
4 dal taze fesleğen
1 yemek kaşığı kapari
4 adet havuç
½ çay bardağı üzüm sirkesi
1 tatlı kaşığı bal
2 yemek kaşığı tereyağı
1 çay bardağı zeytinyağı
150 gr. kaşar peyniri
Tuz ve karabiber

Sırayla kabuklarını soyduğumuz domatesleri, havuçları ve kaşar peynirini rendeliyoruz.

Fesleğen yapraklarını kabaca doğruyoruz.

Tereyağını ve zeytinyağını bir tencereye alıyoruz. Havuçları ilave edip soteliyoruz. Üzerine üzüm sirkesini ve balı ekliyoruz, karıştırıyoruz. 2 dakika kısık ateşte pişiriyoruz.

Ayçiçek yağlı Dardanel'i açıp yağını süzuyoruz.

Ton balığını havuçlu karışıma ekliyoruz, tahta bir kaşıkla ezerek havuçlarla karıştırıyoruz. Bu şekilde 2 dakika daha pişiriyoruz.

Son olarak domates rendesini ve şekeri ilave ediyoruz. Karıştırıp tencerenin kapağını kapatıyoruz. En kısık ateşte yaklaşık 15 dakika pişiriyoruz.

15 dakikanın sonunda tencereye kapari ve fesleğen yapraklarını ilave edip ocağı kapatıyoruz.

Patlıcanları 3 cm. kalınlığında yuvarlak dilimlere kesiyoruz. Izgara tavaına dizip her iki taraflarını kızartıyoruz.

Fırın kabına önce patlıcanların yarısını diziyoruz ve üzerlerine hazırladığımız sosu döküyoruz. Bu işlem bitince sosun üzerine patlıcanların kalan yarısını diziyoruz. Üzerlerini kalan sosla kaplıyoruz.

En üste rendelenmiş kaşar peynirini ekliyoruz ve patlıcanları fırına veriyoruz.

Önceden 180 derecede ısıtılmış fırında 15 dakika peynir kızarana kadar pişirip servis yapıyoruz.

