



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU PATLICAN

Malzemeler:

6 adet küçük boy patlıcan

2 su bardağı süzme yoğurt

4 sap taze nane

2 diş sarımsak

3 adet domates

2 çorba kaşığı zeytinyağı

Sivi yağ (kızartmak için)

tuz

Yapılışı:

1- Patlıcanları alacalı soyup, ortalarını bıçakla yardıktan sonra tuzlu suda 20 dakika bekletin ve süzün.

Patlıcanları kızdırılmış sivi yağda kızartın. Kağıt havlu üzerine çıkararak fazla yağını süzdürün, soğumaya bırakın.

2- Bir kasede, süzme yoğurt, tuzu, kıyılmış naneyi ve dövülmüş sarımsağı karıştırın.

3- Patlıcanları geniş bir tabağa alın, içlerine yoğurtlu karışımından doldurun.

4- Sosunu hazırlamak için, domateslerin kabuğunu soyduktan sonra küp şeklinde doğrayıp, bir tencereye

koyun. Domates yumuşayıp suyunu çekene kadar pişirin. Tuz ilave edip soğumaya bırakın.

5- Hazırladığınız domates sosunu doldurulmuş patlıcanların üzerine yoğurtu tam kapatmayacak şekilde dökün.

Üzerlerini nane yapraklarıyla süsleyerek servis yapın.

[url=https://tr.ml.md/domatesli-yogurtlu-patlican-vt994]ML® Domatesli Yoğurtlu Patlıcan için tıklayın[/url]