



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU PATLICAN SALATASI

3 patlıcan
150 gram kıyma
1 soğan
2 çorba kaşığı çam fıstığı
4 dal maydanoz
2 domates
Yarım çay bardağı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı şeker
200 gram yoğurt
2 diş sarımsak

Patlıcanları soyduktan sonra uzun ince bir şekilde kesip suyun içinde bekletin. Sudan çıkartıp sıkın ve yağda kızartın. Diğer taraftan kıymayı soğanla birlikte kavurun, ocaktan alırken üzerine kıyılmış maydanoz ve çam fıstığını ekleyin. Domatesleri zeytinyağında pişirin, şeker ve tuz ekleyin. Kıymayı ve domates sosu patlıcanların üzerine dökün. Sarımsaklı yoğurtla kaplayıp ikram edin.