



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU ŞAKŞUKA (ADANA)

4 adet orta boy kemer patlıcan
2 adet yeşil çarliston biber
1 adet kırmızı çarliston biber (salçalık ya da tarhanalık biber de denir)
Kızartmak için;
1 su bardağı sıvıyağ
Sos için;
4 adet orta boy domates
1 yemek kaşığı domates salçası
6 diş sarımsak
1 yemek kaşığı zeytinyağı
2 yemek kaşığı elma ya da üzüm sirkesi
1 adet kesmeşeker
1 çay kaşığı tuz, karabiber
Üzeri için;
2 su bardağı yoğurt

Patlıcanları alacalı (çizgili) soyup uzunlamasına ikiye bölün. Parçalardan her birini uzunlamasına üç parça eşit parçaya bölüp bir santim uzunluğunda doğrayın. Bol tuzlu suda acı tadının çıkması için 20-30 dakika bekletin. Sudan çıkardığınız patlıcanı yıkayıp süzdükten sonra kağıt navluyla kurulayın.

Diğer taraftan, yeşil ve kırmızı çarliston biberleri temizleyip ince halkalar halinde doğrayın.

Sıvıyağı derin bir tavada kızdırıp patlıcan ve biberleri kızgın yağda, iyice yumuşayınca kadar kızartın.

Sebzeleri el süzgeciyle tavadan alıp kağıt havlu serilmiş tabağa aktarın, (kızartma işlemi isterseniz firitözde de yapabilirsiniz)

Sosu hazırlamak için; zeytinyağı ve irice doğradığınız sarımsakları orta boy bir tencereye aktarın.

Domatesleri soyup tavla zarı formunda doğrayın ve salçayla birlikte tencereye aktarın. Sirke ve kesmeşekerleri de katıp tuz ve karabiberi serptikten sonra sos tenceresini orta ısı ateşin üzerine oturtun. Sosu sık sık karıştırarak kaynayınca kadar pişirin.

Kaynamaya başlayınca ocağın altını kısıp, kısık ateşte 5 dakika daha pişirdikten sonra ocaktan alın.

Kızarttığınız patlıcan ve biberleri servis tabağına alıp üzerine domates sosunu gezdirin. En üste yoğurdu gezdirip ılık ya da soğuk halde servise sunun.