



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## ZEYTİNYAĞLI PATLICAN DOLMASI

5 Orta boy patlıcan  
4.5 Diş sarımsak  
1/2 Çorba kaşığı kuru nane  
1/2 Limon  
3 Orta boy domates  
1 Tatlı kaşığı tuz  
1 Orta boy soğan  
8-10 Dal maydanoz

Patlıcanları yıkayıp sap ve uç kısımlarını kesiniz. Ortadan enine ikiye bölerek kabuk kısmı 6-7 mm. kalıncaya kadar içini ince uçlu bir bıçakla oyunuz.

Dolma için hazırlayınız. Patlıcanları doldurup tencereye diziniz. Soyulmuş sarımsak ve tuz serpip 2 su bardağı kaynar su dökünüz. Hafif hararetli ısıda yarım saat pişiriniz. Nane ve limon suyu ilave edip bir taşım kaynatınız.

İçinin Hazırlanması:

Derin bir kabın içine zeytinyağı, ince kıyılmış soğan, maydanoz, kabukları çıkartılıp fındık büyüklüğünde doğranmış domates ve tuz ilave edip karıştırarak hafif pişiriniz.

---