



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'in Mtevazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

DENELİ BALDIRCAN



5 adet orta boy patlıcan
1 ay bardağı pilavlık bulgur
1 adet büyük kuru sođan
1 orba kaşığı domates salçası
2 adet sivri biber
2 adet domates
1 tatlı kaşığı tuz
1 küçük çay bardağı sıvıyağ
2 su bardađı su
zeri için:
1 kase sarımsaklı yoğurt

- # nce patlıcanlar ubuklu soyulur, kuşbaşı büyüklüğünde doğranır, tuzlu suya atılır, yarım saat bekletilir.
- # Bu arada soğanlar ince kıyılır, domates ve biberler küçük küçük doğranır. Bulgur yıkanır ve suyu süzülür.
- # Tencereye soğan ve sıvıyağ konur, orta ateşte soğan pembeleşene kadar kavrulur.
- # Biber atılır, sararana kadar çevrilir, salça ve tuz ilave edilir. Domates katılır, şeklini kaybedene kadar pişirilir.
- # Patlıcan katılır, alt-üst edilir. 10 dakika sonra bulgur ve sıcak su konur.
- # Kapak kapatılır. Kaynama noktasına geldikten sonra ateş kısılır, yarım saat pişirilir.
- # Ateşten aldıktan sonra servis tabağına alınır, üzerine sarımsaklı yoğurt gezdirilir.

Not: Deneli Baldırcan Kırıkkale Karakeçili'ye özgü bir sebze yemeğidir.