



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

DOMATESLİ YOĞURTLU PATLICAN



5 Adet orta boy patlıcan
1 Adet iri kuru soğan
4 Adet iri olgun domates
6 Çorba kaşığı sıvıyağ
1 Tatlı kaşığı tuz
Üzeri için;
1,5 Su bardağı yoğurt
2 Diş sarımsak
Yarım çay kaşığı tuz

Patlıcanlar çubuklu soyulur. Tuzlu bol suda yarım saat bekletilir, sonra yıkanır, suyu süzülür. Boyuna kesilir, daha sonra enine iki parmak kalınlığında doğranır.

Kuru soğan yemeklik doğranır, sıvıyağda şeffaflaşana kadar kavrulur, üzerine doğranmış patlıcanlar atılır, karıştırılır. Kısık ateşte kapaklı olarak 15 dakika pişirilir.

Bu arada domatesler rendelenir, küçük bir tencereye aktarılır, tuz ilave edilir. Orta ateşte salçamsı bir hal alana kadar pişirilir.

Daha sonra pişen domates ocakta bulunan patlıcanın üzerine dökülür, 10 – 15 dakika pişirilir, ocaktan alınır.

Patlıcan sıcak olarak servis tabağına konur, üzerine sarımsaklı yoğurt karışımı gezdirilir.

Not: Patlıcanlar, önce kızartılarak da bu yemek hazırlanabilir.