



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

## Albóndigas con Berenjenas

Patlıcanlı Köfte



500 gramos carne molida  
1 cebolla grande  
3 rebanadas de pan rancio  
1 cucharada de leche  
1+1/2 cucharadita de sal  
1 cucharadita de comino  
1/2 cucharadita de pimienta negro  
8-10 tallos de perejil  
1 huevo  
5 berenjenas medianas  
1 vaso de aceite, para freír  
1 vaso de yogur  
4 dientes de ajo  
2 tomates

- # Ponga la rancia rebanadas de pan en el cuenco, y añadir el huevo, cebolla rallada y la leche para suavizar.
- # Añadir carne molida, comino, pimienta negro, sal, perejil finamente rebanadas, amasar durante 10 minutos, y refrigerar esta mezcla.
- # Pelar las berenjenas, y el resto en agua con sal para eliminar su sabor amargo.
- # Colapso cada berenjena en 5 trozos, freír en agua caliente.
- # Coloque el frito y enfriado albóndigas cerca de los mejores rodajas de berenjena, rollo de la rodaja de berenjena en torno a las albóndigas.
- # Coloque estos paquetes en la bandeja de horno medio, y el lugar de los tomates pelados círculos en la parte superior.
- # Cocine en el horno que es calentada a una temperatura de 190 C, hasta que el color de las rebanadas de tomate cambios. Lugar en el servicio de platos, y verter la mezcla de ajo machacados y el yogur de todo.

**Nota:** se puede asar las berenjenas y las albóndigas asador para hacer la comida más saludable. En ese caso, usted debe grasa de la bandeja con 1/3 vaso de aceite vegetal.