

Zeytinli Patlıcan Tava

Toplam 32 dk

Hazırlama 14 dk · Pişirme 18 dk

4 kişilik

Kolay

~188 kcal

Ayvalıklı zeytinli patlıcan tava, patlıcan zeytin ve domatesle buluşturarak zeytinyağlı bir ana yemek yapar.

Malzemeler

- 3 adet Patlıcan
- 0.5 su bardağı Yeşil zeytin
- 2 adet Domates
- 2 diş Sarımsak
- 2 yemek kaşığı Zeytinyağı

Yapılış

1. Patlıcan küp doğrayıp tavada 8 dakika çevirin.
2. Domates, sarımsak ve zeytini ekleyin.
3. Yemeği 6 dakika daha pişirip dinlendirerek servis edin.

PÜF NOKTASI

Patlıcan tava yayarak pişirmek fazla yağ çekmesini azaltır.

SERVIS ÖNERİSİ

Ilık servis edin.