

# Közlenmiş patlıcan ve ricotta ezmesi

toplam süre **35 dak.** 5 dak. hazırlık süresi **30 dak.** pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):  
**774 kJ / 185 kcal**

Yağ: **9,3 gr** Protein: **8,2 gr**  
Karbonhidrat: **21,2 gr**

## MALZEMELER

3 porsiyon

<b>400 gr</b>	patlıcan
<b>100 gr</b>	ricotta peyniri
<b>20 ml</b>	zeytinyağı
<b>60 gr</b>	güneşte kurutulmuş domates
<b>30 ml</b>	<u>Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu</u>
<b>20 gr</b>	taneli hardal Yarım limonun suyu Süslemek için taze dereotu

## HAZIRLANIŞ

### Adım 1

Patlıcanı yıkayın, uzunlamasına ikiye bölün ve etli kısımlarına çizikler atın. Üzerine zeytinyağı gezdirin ve önceden 180 dereceye ısıtılmış fırında yaklaşık 30 dakika pişirin.

### Adım 2

Pişen patlıcanın soğumasını bekleyin, kabuğunu soyun ve etli kısmını ince ince doğrayın.

### Adım 3

Patlıcanı ricotta peyniri, taneli hardal ve doğranmış kuru domateslerle birleştirin.

### Adım 4

Kikkoman Naturally Brewed Soy Sauce ve limon suyu ile tatlandırın. Ardından pürüzsüz bir ezme haline gelene kadar karıştırın. Taze dereotu ile süsleyip kızarmış ekmek eşliğinde servis yapın.