

# Soya Tahin Soslu Izgara Patlıcan

toplam süre **90 dak.** 60 dak. hazırlık süresi **30 dak.** pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):  
**820 kJ / 195 kcal**

Yağ: **12,1 gr** Protein: **5 gr**  
Karbonhidrat: **14 gr**

## MALZEMELER

4 porsiyon

<b>2</b>	patlıcan
<b>2 yemek kaşığı</b>	tuz
<b>2 yemek kaşığı</b>	zeytinyağı
<b>0,5</b>	rezene
<b>0,5</b>	nar
<b>25 gr</b>	antep fıstığı
	Birkaç tane nane yaprağı
<b>Dressing sos için</b>	
<b>1</b>	diş sarımsak
<b>2 yemek kaşığı</b>	tahin
<b>2 yemek kaşığı</b>	Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
<b>1,5 tatlı kaşığı</b>	açık renkli şeker şurubu (alternatif olarak: agave şurubu)
<b>1 yemek kaşığı</b>	limon suyu
	Taze çekilmiş karabiber

## HAZIRLANIŞ

### Adım 1

Patlıcanlar yıkanır, uzunlamasına dilimlere doğranır, kesilmiş yüzeylere tuz serpilip yaklaşık 60 dakika dinlenmeye bırakılır. Patlıcan dilimleri yıkanır, kurulanır ve ızgara tavada her iki taraftan yaklaşık 4-5 dakika yağsız olarak kızartılır. Bir tabağa yerleştirilir ve üzerine biraz zeytinyağı gezdirilir.

### Adım 2

Rezene temizlenip yıkanır, ince şeritler halinde kesilir ve patlıcanların üstüne yerleştirilir. Nar taneleri ayıklanır ve antep fıstığı ve nane ile rezenenin üzerine eklenir.

### Adım 3

Dressing sos için sarımsak soyulur, sıkılır ve tahin, soya sosu, şurup ve limon suyu ile karıştırılır. Karabiber ile tatlandırılıp patlıcanın üzerine dökülür ve servis yapılır.