

Moutabal

Toplam 95 dk

Hazırlama 15 dk · Pişirme 50 dk

6 kişilik

Kolay

~150 kcal

Açılış 2/10

Moutabal, kız patlıcanların ve yoğurtla babagannuşa göre daha kremamsı bir Levant mezesisdir.

Malzemeler

- 4 adet Patlıcan
- 3 yemek kaşığı Tahin
- 150 gr Yoğurt
- 2 yemek kaşığı Limon suyu
- 1 diş Sarımsak
- 0.5 çay kaşığı Tuz
- 1 yemek kaşığı Zeytinyağı

Yapılış

1. Patlıcanları 220°C fırında tamamen yumuşayana kadar 35-40 dakika kızletin.
2. Patlıcanları 10 dakika 1 litre suyunu süzün.
3. Tahin, yoğurt, limon suyu, sarımsak ve tuzu ayrı kapta karıştırın.
4. Patlıcanlarını tahinli karışım ile yedirin.
5. Moutabal'ı 10 dakika dinlendirin, üzerine zeytinyağı gezdirip servis edin.

PÜF NOKTASI

Patlıcanları kızledikten sonra süzgeçte 10 dakika bekletin; fazla su mezeyi gevşetir.

SERVİS ÖNERİSİ

Zeytinyağına taneleri ve sıcaklıkla servis edin.

Alerjenler

Süt

Susam