



برام الباذنجان المكمر

المكونات: ٢٠٠ ج لحم مفروم - نصف كيلو باذنجان طويل - بصلة كبيرة مفرومة - فص ثوم مدقوق ملعقة كبيرة صلصة طماطم وادي فوود - ملعقتين كبيرتين زيتون أسود مفروم وادي فوود - ملعقتين كبيرتين بقدونس - ٥ ملاعق كبيرة زيت زيتون وادي فوود - نصف ملعقة صغيرة ملح - نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود - رشّة جوزة الطيب - ربع كوب صنوبر محمص

مكونات الصلصة: كوب عصير طماطم - ملعقة كبيرة صلصة طماطم وادي فوود - ملعقتين كبيرتين خل وادي فوود - فصين ثوم مدقوق - ملعقتين كبيرتين زيت زيتون وادي فوود - نصف ملعقة صغيرة ملح - نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود - ورقتين لاورو.

طريقة التحضير:

يشق الباذنجان من الجانب ثم يشوح في زيت الزيتون من كل الجوانب الى ان يصبح طريا. يرفع من الزيت ثم يوضع جانبا ليبرد في نفس الطاسة، يشوح اللحم، ثم يضاف البصل والثوم ويقلب الكل جيدا. تضاف الصلصة والزيتون ثم يهرس الكل بالملح والفلفل وجوزة الطيب. يرفع المزيج من على النار ثم يضاف البقدونس وتترك الحشوة لتبرد. تجهز الصلصة بتشويح الثوم مع زيت الزيتون. يضاف الخل، ثم الصلصة والعصير ويهرس الكل بالملح والفلفل. تحشى حبات الباذنجان من الشق المفتوح بمزيج اللحم والزيتون، ثم ترص في برام الفرن. تسكب صلصة الطماطم المحضرة فوق الباذنجان ثم يخبز البرام في فرن متوسط الحرارة مدة ٤٠ دقيقة.

يزين بالصنوبر المحمص والبقدونس ثم يقدم بالهنا والشفا .

