

محشي الباذنجان بالبرغل

المقادير:

- 1 كيلو باذنجان
 - 2 حبة فليفلة خضراء حلوة
 - 1 باقة من البقدونس
 - 1 كوب برغل أبيض خشن
 - 1 كيلو بندورة (طماطم)
 - 2 حبة بصل
 - 1 كوب ليمون حامض
 - 1/2 كوب زيت زيتون
 - 1 ملعقة صغيرة بهار حلو
 - 1 ملعقة صغيرة سمّاء
 - 2 ملعقة كبيرة دبس الرمان
 - 2 ملعقة كبيرة رب البندورة (معجون الطماطم)
 - 1 ملعقة كبيرة رب الفليفلة الحرّ (معجون الفلفل الحارّ)
- ملح

طريقة التحضير:

ينقر الباذنجان. تقطع 2 حبة بندورة الى شرائح دائرية وتوضع في قعر طنجرة الحشوة: في وعاء عميق, تفرم البندورة المتبقية بشكل ناعم. يفرم البقدونس والبصل وحبّة واحدة من الفليفلة الحلوة أيضاً بشكا ناعم. يضاف البرغل الخشن. يضاف ملعقة واحدة كبيرة فقط من رب البندورة و 1 ملعقة كبيرة من ربّ الحرّ, السمّاق, دبس الرمان, القليل من الملح, البهار الحلو, عصير الليمون الحامض, وزيت الزيتون. تخلط المكونات جيداً.

يُحشى الباذنجان والفليفلة المتبقية من الحشوة المحضرة. يُصفّ الباذنجان والفليفلة المحشية في الطنجرة فوق شرائح البندورة.

في كوب من الماء تخطّ الملاعة المتبقية من ربّ البندورة, وتضاف فوق الباذنجان. تغمر الطنجرة بالمياه لمستوى آخر حبة باذنجان.

يطهى المحشي على نار خفيفة لمدة 20 دقيقة.