



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ADAÇAYLI HİNDİ

<https://www.sagliklitavuk.org>

1 adet hindi (3-4 kg'lık)
100 gr bal
150 ml soya sosu
600 ml piliç suyu
45 gr tereyağı
1 adet soğan (ince kıyılmış)
1 adet kereviz sapı (ince kıyılmış)
10 adet taze adaçayı yaprağı (ince şerit doğranmış)
160 gr taze ekmek içi (ufalanmış)
1 çorba kaşığı kuru adaçayı yaprağı (ufalanmış)
4 çorba kaşığı maydanoz (ince kıyılmış)
2 adet yumurta beyazı (hafif çırpılmış)
2 çorba kaşığı un
Tuz
Tane karabiber (arzu edilen miktarda, dövülmüş)

Bal, soya sosu ve 100 ml piliç suyunu iyice çırpın. Hindinin içine dışına sürüp, iyice ovun. Üzerini alüminyum folyo ile kapatın ve en az 2 saat dinlendirin.

Tereyağını ısıtıp, soğan ve kerevizleri katın. Orta ateşte ve karıştırarak, soğanlar yumuşayınca kadar, yaklaşık 3 dk. soteleyin. Soğanları geniş bir kaba alın. Taze adaçayı yaprağı, ekmek içi, kuru adaçayı maydanoz, yumurta beyazı, tuz ve karabiberi katıp, iyice harmanlayın.

Hazırladığınız harcı, hindinin göğüs kafesi boşluğuna çok sıkı olmayacak şekilde doldurun.

Pişirme torbasına bir tatlı kaşığı un koyup, her tarafını unlayın ve fazla unları silkeleyin. Hindiye pişirme torbasına yerleştirin. Torbanın ağzını yanmaz tel ile sıkıca bağlayıp, üzerine toplu iğne ile birkaç delik açın. Önceden ısıtılmış 190 0C fırında 1 saat 40 dk. pişirdikten sonra pişirme termometresinin hareketini takip edin. Hindiye fırından çıkardıktan sonra yaklaşık 10-15 dk. dinlendirin.

Hindiye sos ve arzu ederseniz sotelenmiş sebze ile birlikte servis yapın.

Not: Servis sırasında üzerine sos gezdirmek isterseniz: Pişirme torbası içinde biriken sudan 2 çorba kaşığı alıp, yağsız tavaya koyun. Karıştırarak unu ekleyip, yedirin. Kısık ateşte ve karıştırmaya devam ederek, un hafif kahverengi oluncaya kadar kavurun. Ateşten alın. Karıştırmaya ara vermeden ve yavaş yavaş kalan piliç suyunu akıtıp, yedirin. Orta ateşte ve karıştırarak sos hafif koyulaşınca kadar pişirin.