



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## AKDENİZ HİNDİSİ

- 1 paket Banvit Hindi Lokma Izgara
- 2 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 adet orta boy kırmızı soğan (piyaz doğranmış)
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 adet büyük boy etli kırmızı biber (uzunlamasına 8'e kesilmiş)
- 1 adet küçük boy portakal (kabuğu kibrit çöpü ebatlarında kesilmiş, suyu sıkılmış)
- 400 gr domates (kabukları soyulmuş, çekirdekleri alınmış, küçük küp doğranmış)
- 10 adet kuru domates (ince kıyılmış)
- 125 ml piliç suyu
- 1 çorba kaşığı taze kekik (yapraklanmış)
- 80 gr siyah zeytin (çekirdekleri çıkarılmış)
- Tuz, tane karabiber (arzu edilen miktarda, dövülmüş)

Zeytinyağının yarısını ısıtın. Etlerin her iki tarafını hızlı ateşte, hafif kahverengi oluncaya kadar 3'er dak. pişirip, yayvan ve kalın dipli bir tencereye alın.

Kalan yağı ısıtın. Soğan, sarımsak ve etli kırmızı biberi katın. Orta ateşte ve karıştırarak, sebzeler hafif yumuşayuncaya kadar, yaklaşık 3-4 dak. soteleyip, etlerin üzerine yerleştirin.

Etlerin üzerine portakal kabuklarının yarısı, domates ve kuru domatesi serpin. Portakal suyu ve piliç suyunu gezdirin. Tencerenin kapağını kapatıp, hızlı ateşte kaynama noktasına kadar ısıtın. Ateşi iyice kısıp ve 20-25 dak. pişirin.

Taze kekik, zeytin, tuz ve karabiber serip, birkaç dak. dinlendirin.

Kalan portakal kabuklarını serperek servis yapın.

