



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATESLİ HİNDİ YAHNİSİ

1 Hindi
10 Domates
3 Soğan
4 Bardak su
2 Sade yağ
Tuz, biber

Temizlenmiş hindiyi parçaladıktan sonra tencereye koyunuz. Üzerine soğan rendeleyip tuz ve biber ekiniz. İyice karıştırıp beş altı saat bıraktıktan sonra iki kaşık sade yağı ile kuvvetli ateşte kızartınız. (Olgunlarından) domatesi dört parçaya ayırınız. Etleri örtecek kadar su ile kaynatıp süzünüz. Bu suyu tencereye dökünüz, bir tutam baharat ekiniz, kapayınız, orta ateşte yavaş yavaş pişiriniz.