



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HİNDİ KIZARTMASI (FIRINDA)

Temizlenmiş bir hindiye parçalayınız. Tuz, biber, biraz soğan suyu, baharatla karıştırıp dibi tereyağlı bir tepsiye döşeyiniz. Üstüne bir kepçe su gezdirip orta ısıda bir fırına sürünüz. Pişerken suyu çekildikçe üzerine kaşık kaşık ve sıcak kaynamış ve süzölmüş domates suyu gezdiriniz. Yalnız indireceğiniz zaman suyunun az kalmasına dikkat ediniz.