



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HİNDİ KIZARTMASI (TENCEREDE)

Hindiyi temizleyiniz, tuz ve biberledikten sonra bacaklarını vücuduna bağlayıp 6 saat bırakınız. Bir soğanı ikiye bölünüz, kızarmış yarım havucu yuvarlak şekilde tencereye doğrayınız. Kereviz ve maydanoz köklerinden birkaç parça kazıyarak ufak ufak kesiniz, bunları da tencereye koyunuz, üzerine tuz ekleyip hindiye yatırınız. Bir kaşık domates peltesi, 1 kaşık tereyağı ve 1,5 kepçe su ile ıslatıp yine kepçe ile suyuna ve tuzuna bakınız. Pişince hindiye çıkarınız, sonra hemen parçalayınız, tabağa koyunuz. Suyunu süzüp kalan malzemeyi üzerine gezdiriniz.