



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

HİNDİ KIZARTMASI (TENCEREDE)

Bir hindiyi parçalayınız. Tuz ve biberleyiniz; çentilmiş 1 soğan ve baharatla karıştırıp tencereye yatırınız. Üzerine biraz tereyağı ve 1 kepçe su koyunuz. Tencerenin içine girecek ve etleri tamamen örtecek bir kapakla kapayıp ateşe sürünüz. Pişerken suyu çekildikçe kenarından azar azar kaynamış ve süzölmüş domates suyundan sıcak sıcak akıtınız. Pişince suyu az kalmalıdır.
