



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA HİNDİLİ ORMAN KEBABI

<https://www.dogrusicarrefoursa.com>

750 gr hindi fileto kuşbaşı
1 patlıcan
1 patates
1 soğan
2 domates
2 çarliston biber
2 diş sarımsak
1 su bardağı haşlanmış bezelye
1 çorba kaşığı tereyağı
Sıvı yağ
Tuz
Karabiber

Soğanı yemeklik ve diğer sebzeleri etlerle aynı boyda olacak şekilde doğrayın. Derin bir tencerede tereyağını erittikten sonra bir miktar sıvı yağı da ilave edin. Önce soğanları kavurun, daha sonra hindi etlerini de ekleyerek birkaç tur karıştırın. Sırasıyla sebzeler, doğranmış sarımsak ve baharatları da tencereye alın. 5 dakika bu şekilde pişen yemeğinizi genişte bir borcama dökün ve 1 kaşık domates, 1 kaşık biber salçası ve 1 su bardağı sıcak su ile hazırladığınız sosu etlerin üzerine gezdirin. 200 derece fırında 30 dakika süreyle pişirin.