



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA LİMONLU HİNDİ TANDIR

- 1 adet hindi göğüs
- 2 adet limon
- 1 adet portakal
- 2 kaşık yoğurt
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığı toz kırmızı biber
- 1 çay kaşığı tuz

Bir gece önceden aldığımız hindiyi yemek çatalı ile deliyoruz. Ne kadar çok delersek o kadar iyi... Diğer tarafta bir tencere içine zeytinyağını ve yoğurdu koyup karıştırın. 2 limon ve 1 portakalın kabuğunu ince ince rendeleyin, aman dikkat beyaz kısımları fazla gelmesin. Limonun ve portakalın suyunu da yoğurt ve zeytinyağı karışımının içine sıkın. Kabuklarını da içine ekledikten sonra dövülmüş sarımsak ve toz kırmızı biberi ilave edin ve çırpma teliyle iyice karıştırın. Eğer kıvamı hâlâ koyu ise biraz su ile açabilirsiniz. Kıvamı ayrandan biraz koyu olmalı. Önce çatal ile deldiğimiz hindinin şimdi tuz ile masaj yapıp gönlünü alma zamanı! Sonra hindiyi hazırladığımız sosun içine basalım. Her tarafına sosu sürdükten sonra bir gün boyunca dolapta bekletelim. Aklımıza geldikçe ters çevirirsek çok daha güzel olacaktır. Ertesi gün olunca içine girecek büyüklükte bir tencerenin dibine bir tabağı ters koyun (tabağı koymadan önce tencerenin dibine biraz su dökün ki hava yapmasın), kapağın üzerine hindiyi yerleştirin, tencerenin kenarından 1 bardak su dökün, içine defne yaprağı ve adaçayı da atabilirsiniz (malzemelere bakmayın, yazmadım isterseniz atarsınız diye). Bu şekilde yaklaşık 45 dakika pişirdikten sonra tavuğu bir fırın tepsisine alın, tencerenin dibindeki suyu da üzerine döküp 180 derece fırında 30 dakika daha pişirin. Eğer tencereniz fırına girebilecek bir tencereyse (döküm tencere gibi) o zaman çok daha iyi, tencereyle birlikte fırına atın.