



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HARDALLI HİNDİ GÖĞÜS IZGARA NARENCİYELER EŞLİĞİNDE

Malzemeler

- 3 çorba kaşığı zeytinyağı
- 2 tatlı kaşığı hardal
- 2 çorba kaşığı taze kekik
- 3-5 yaprak adaçayı
- 4 adet hindi göğüs parçası (her biri yaklaşık 200gr)
- 2 limon
- 1 portakal
- 2 yeşil limon
- ¼ su bardağı hardal (serviste kullanmak için)

Yapılışı

Zeytinyağı, hardal, taze kekikleri ve adaçayı yapraklarını Arzum Metalmix el blender'ıyla karıştırın. Hindi göğüslerini bu sosla bulayıp buzdolabında iki saat bekletin. (bu aşamada eğer elinizde fazla göğüs varsa bunları da soslayıp dondurabilirsiniz)

Hindileri sosdan çıkartıp Arzum Tostçunun ızgara fonksiyonunda pişirin. Kapta kalan sosu hindiler pişerken üstlerine fırçayla sürün.

Bu arada portakal ve limonları dilimleyip ızgarada pişirin.

Hindileri ızgara limon ve portakalların eşliğinde hardalla servis yapın.