



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HİNDİ KAPAMA

1 kilogram hindi but
1 tatlı kaşığı kekik
1 tatlı kaşığı kırmızı biber
1 tatlı kaşığı hardal
1 tatlı kaşığı kimyon
3-4 diş sarımsak
5-6 adet defne yaprağı
1 yemek kaşığı limon suyu
Yarım çay bardağı sıvı yağ
1 yemek kaşığı yoğurt
1 adet kuru soğan
3 adet patates
2 adet havuç
Tuz

Soğanı piyazlık doğrayın.

Havuç ve patates dışındaki malzemeleri soğana ekleyip karıştırın.

Hindi etlerini bu sosun içine gömün.

Üzerini streç filmle kaplayıp buzdolabına kaldırın.

Etlerinizi bu şekilde 3-4 saat marine edin.

Patates ve havucu soyup dilimleyin.

Hindileri fırın kabına aktarın patatesleri ve havuçları kenarlarına yerleştirin.

Fırın kabının üzerini alüminyum folyo ile kapatıp yemeği 200-250 derecede ısıttığınız fırına verin.

Yarım saatin sonunda folyoyu çıkarıp sıcaklığı düşürün.

Etler kızarana kadar pişirdiğiniz yemeği sıcak servis edin.

