



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HİNDİ SİNİTZEL

Hindi göğüs (Yarım cm. kalınlığında dövülmüş) 8 dilim kadar (600 gr.)

1 çay kasığı kimyon

1/2 çay kasığı acı toz kırmızıbiber

1 çay kasığı pul biber

1 çay kasığı tuz

1 çay kasığı öğütölmüş karabiber

1/2 su bardağı un (75 gr.)

2 yumurta (çirpilmis)

1 su bardağı galeta unu (125 gr.)

Kızartma yağı

Hindi göğüs parçalarını döverek inceltin. Kimyon, toz kırmızıbiber, tuz, karabiber ve kırmızı pul biberi bir kabin içerisinde karıştırın. Baharat karışımını hindilerin iki yüzüne de serpin ve 30 dk. kadar bekletin. Un, çirpilmis yumurta ve galeta ununu ayrı ayrı yayvan ve sig kaplara koyun.

Baharatla kaplanmış hindi göğüs parçalarını, önce una daha sonra yumurtaya ve son olarak da galeta ununa bulayın. Tavadaki 2-3 çorba kasığı yağı kızdırın ve hindi göğüslerini üst üste gelmeyecek şekilde dizin.

Yüksek ateşte 3 dk. kadar kızartın. Spatula ile göğüslerin öbür yüzlerini çevirin ve aynı şekilde pisirin. Pismis sinitzellerinizi, ısıya dayanıklı bir kaba alın ve fırında sıcak tutun. Diğer göğüslere de aynı işlemi uygulayın. Sinitzellerinizi, limon dilimleri ve maydanozla süsleyin. Fritözde kızarttığınız taze patateslerle servis yapın.