



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HİNDİ SOTE

3 yemek kaşığı zeytinyağı
800 gram hindi sote but
1 yemek kaşığı mısır unu
2 adet orta boy kabak
2 adet orta boy havuç
1 adet orta boy patates
100 ml. krema
1/4 demet dereotu
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı taze çekilmiş tane karabiber

Bol suda yıkayıp fazla suyunu süzdürdüğünüz hindi sote butları kağıt havlu yardımıyla kurulayın. Mısır unu, 1/2 çay kaşığı tuz ve 1/2 çay kaşığı taze çekilmiş tane karabiber ilavesiyle harmanlayın. Geniş bir tavada kızdırdığınız zeytinyağında, çeşnilendirdiğiniz hindi sote butları yüksek ateşte kızartın. Hafif bir renk alana kadar kızarttığınız hindi etleri geniş bir tabağa aktarın. Kabuklarını soyduğunuz patates, havuç ve kabakları küçük küpler halinde doğrayın. Hindi etlerini kızarttığınız yağa eklediğiniz sebzeleri aralarda karıştırarak pişirin. Krema, kalan tuz ve karabiberi ekleyip kısık ateşte pişirme işlemini sürdürün. Son olarak ince kıyılmış dereotu eklediğiniz sebzeleri ocaktan alın. Geniş bir servis tabağına aldığınız hindi but etlerini, krema ilavesiyle sotelediğiniz sebzeler eşliğinde sıcak olarak servis edin.

Not: Yüksek ateşte pişirdiğiniz hindi sote but etini, kısık ateşte soteleyip krema ilavesiyle servis ettiğiniz sebzeleri ekleyin. Arzu ettiğiniz taze ve kuru baharatları ekleyebilirsiniz.

