



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HİNDİLİ KISIR

- 400 gr Banvit Hindi Kalça Kuşbaşı
- 300 gr bulgur (köftelik)
- 1 demet maydanoz (iri doğranmış)
- 6 sap taze nane (iri doğranmış)
- 3 adet orta boy domates (kabukları soyulmuş, çekirdekleri temizlenmiş, küçük küp doğranmış)
- 2 adet taze soğan (ince kıyılmış)
- 80 ml limon suyu
- 2 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 adet orta boy soğan (ince doğranmış)
- 1 çorba kaşığı limon kabuğu rendesi
- 1 çorba kaşığı kimyon
- 1 çorba kaşığı kişniş (dövülmüş)
- 2 tatlı kaşığı zerdeçal
- Tuz, tane karabiber, pul kırmızıbiber (arzu edilen miktarda, dövülmüş)

Bulguru soğuk suda 15 dak. bekletip süzün. Süzdüğünüz bulguru sıkıp mümkün olduğunca çok suyunu çıkartın. Büyük bir kaba alın, maydanozun yarısı, nane, domates, taze soğan, 70 ml limon suyu ve tuzu ekleyip iyice karıştırın.

Zeytinyağını ısıtıp, soğanı katın. Orta ateşte karıştırarak 2-3 dak. pişirin. Karıştırmaya devam ederek, eti ekleyin, limon kabuğu rendesi, kalan limon suyu, kimyon, kişniş, zerdeçal, tuz, karabiber ve pul kırmızıbiber serpin ve 3-4 dak. pişirin. Ateşi kısın, ara ara karıştırarak etler yumuşayınca kadar yaklaşık 10-15 dak. pişirin. Eti bulgur ile beraber servis yapın.

