PARMAK HİNDİ

1 paket Banvit Bonfile (şerit kesilmiş)
2 diş sarımsak (dövülmüş)
1 tatlı kaşığı taze zencefil (ince rendelenmiş)
50 ml soya sosu
1 tatlı kaşığı tozşeker
3 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çorba kaşığı bal
30 gr mısır gevreği
3 çorba kaşığı susam

Sarımsak, zencefil, soya sosu, tozşeker, zeytinyağı ve balı karıştırın. Etlerin üzerine gezdirip, iyice harmanlayın. Üzerini streçle kapatın ve en az 2 saat buzdolabında dinlendirin. Mısır gevreğini bir poşetin içine koyup, merdane ile iri kırıklı taneler oluncaya kadar ezin. Susamı katıp, harmanlayın. Etleri marinatından süzerek çıkarıp, mısır gevrekli torbaya koyun. İyice sallayarak her taraflarını kaplayın. Etleri yağlanmış bir fırın kabına dizin. Önceden ısıtılmış 200°C fırında, altın sarısı renk alıncaya kadar, yaklaşık 12-15 dak. pişirin. Arzu ederseniz mayonezle birlikte sıcak servis yapın.

© lezzetler.com tarif no:55811 • adı:Parmak Hindi • gönderen:Yemek Tarifleri • indirme tarihi:02.05.2024 - 21:30