PİDELİ HİNDİ

750 g hindi göğüs eti (derisi ayıklanmış)
2 tatlı kaşığı ayçiçek yağı
1 limonun suyu
8 küçük pide
1 yeşil salata (yaprakları ayıklanıp, ince kıyılmış)
Baharatı:
1 çorba kaşığı kırmızıbiber
2 çorba kaşığı arpacık soğanı (ince doğranmış)
2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
1/2 tatlı kaşığı beyazbiber (taze çekilmiş)
1/2 tatlı kaşığı rezene tohumu (dövülmüş; isteğe bağlı)
1/2 tatlı kaşığı kekik
Sebzesi:
1 iri avokado (kabuğu soyulup, kuşbaşı doğranmış; isteğe bağlı)
1/2 limonun suyu (avokado kullanılıyorsa)
2 iri domates (her biri 2'ye kesilip, çekirdekleri çıkarıldıktan sonra, iri doğranmış)
1 iri soğan (ince doğranmış)
2 iri dolmalık biber (sap ve çekirdekleri temizlendikten sonra, zar biçiminde doğranmış)
Yoğurt sosu:
3 çorba kaşığı limon suyu (taze sıkılmış)
1 çorba kaşığı sirke
5 damla acıbiber sosu
1 çorba kaşığı bal
2 tatlı kaşığı hardal (tercihen Dijon hardalı)
2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
2 çorba kaşığı kıyılmış kişniş (ya da maydanoz)
1/2 tatlı kaşığı tuz
2 çorba kaşığı ayçiçek yağı
1/2 su bardağı yoğurt (tercihen yarım yağlı)

Baharat malzemesini bir kâsede iyice karıştırıp, bir kenara bırakın.
Keskin bir bıçakla hindi göğüs etlerinin her iki yüzlerini, 2 cm aralıklarla, 1 cm derinliğinde verevine yarın.
Kâsedeki baharat karışımını göğüs etlerinin üstüne sürüp (yarıkların içlerini doldurmasına dikkat edin), göğüs etlerini bir tabağa dizerek, buzdolabında en az 1 saat soğutun.
Bu arada avokado parçaları (isteğe bağlı), limon suyu (avokado kullanılıyorsa), domates parçaları, soğanlar ve dolmalık biber parçalarını bir salata kâsesinde karıştırıp kâseyi buzdolabına kaldırarak, soğutun.
Önce fırınınızı 200 °C'a ısıtın. Sosu hazırlamak için limon suyu, sirke, acıbiber sosu, bal, hardal, sarımsaklar, kişnişler (ya da maydanozlar) ve tuzu bir salata kâsesinde iyice karıştırın. Azar azar ve sürekli karıştırarak çiçekyağını ekleyip, yoğurdu da karıştırdıktan sonra, kâseyi buzdolabına kaldırın.
Ateşe dayanıklı bir cam kaba 2 tatlı kaşığı ayçiçek yağını koyup, kabı orta ateşe oturtarak, yağı ısıtın. Isınınca, buzdolabındaki göğüs etlerini alıp, kaba koyun ve yaklaşık 5 dakika sote edin. Altüst edip, 1 dakika daha sote ettikten sonra, kabı ateşten alın ve fırının en üst rafına yerleştirerek, göğüs etlerini 10-12 dakika pişirin. Kabı ateşten alıp, göğüs etlerini bir servis tabağına çıkararak, üstlerine limon suyunu gezdirin ve 5 dakika kadar bir kenarda bekletin. Sonra 5 mm kalınlığında dilimleyip, her dilimi şeritler halinde kesin.
Buzdolabındaki kâseleri alın. Pideleri fırında 1 dakika ısıtıp, enlemesine yararak, içlerine yeşil salataları, hindi şeritlerini ve salata kâsesindeki sebzeli karışımı doldurun. Her pideyi düz bir tabağa yerleştirip, yanlarında yoğurt sosuyla servis yapın.

© lezzetler.com tarif no:30842 • adı:Pideli Hindi • gönderen:indigo • indirme tarihi:27.04.2024 - 11:20