



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

SAFRANLI HİNDİ

<https://www.sagliklitavuk.org>

- 1 adet Banvit Bütün Hindi (4-5 kg'lık)
- 1 adet limon
- 1 tutam safran
- 1 çorba kaşığı bal
- 50 gr tereyağı (eritilmiş)
- 500 ml piliç suyu
- 3 adet büyük boy soğan
- 100 gr pilavlık bulgur
- 300 ml su (kaynar)
- 4 çorba kaşığı zeytinyağı
- 2 çorba kaşığı kişniş tohumu (hafif dövülmüş)
- 1 çorba kaşığı kimyon tohumu (hafif dövülmüş)
- 150 gr yaban mersini
- 100 gr antep fıstığı (iri doğranmış)
- 10 sap maydanoz (yapraklanmış, iri doğranmış)
- 2 çorba kaşığı un
- Tuz, tane karabiber (arzu edilen miktarda, dövülmüş)

Limonun kabuğunu çok ince, beyaz kısımlarını almadan soyun ve ince kibrit çöpü ebatlarında kesin. Limonun suyunu sıkın. Safran, bal ve tereyağını katıp, iyice çırpın. Karıştırmaya devam ederek 100 ml piliç suyunu akıtıp, yedirin.

Hindiyi göğüs kısmı yukarıya gelecek şekilde bir fırın tepsisine yerleştirin. Her tarafına, özellikle göğüs, but ve göğüs boşluğuna, ovarak hazırladığınız marinatı sürün. Hindiyi streçle sarıp, en az 30 dakika veya bir gece dinlendirin.

Bulgurun üzerine suyu gezdirin. Kabarıncaya kadar, yaklaşık 15-20 dakika dinlendirin. Fazla suyunu süzün. Soğanın iki adedini ince piyaz şeklinde doğrayın. Kalan soğanı 4'e kesin. Zeytinyağından 1 çorba kaşığı ayırın. Kalan yağı ısıtıp, piyaz doğranmış soğanı katın. Orta ateşte ve karıştırarak, soğanlar yumuşayınca kadar, yaklaşık 3-4 dakika soteleyin. Karıştırmaya devam ederek, limon kabuğu, kişniş ve kimyon tohumlarını ekleyip, 1-2 dakika daha soteleyin. Tencereyi ateşten alın. Yaban mersini, antep fıstığı, bulgur, maydanoz, tuz ve karabiberi katıp, iyice harmanlayın ve soğuyuncaya kadar dinlendirin.

Hindinin göğüs boşluğuna kalan soğanları koyun. Çok sıkı olmayacak şekilde bulgurlu harç ile doldurun.

Hindinin bacaklarını yukarıda çapraz olacak şekilde sıkıca bağlayın.

Pişirme torbasına 1 çorba kaşığı un koyup, torbanın her tarafını unlayın ve fazla unları silkeleyin. Hindiyi pişirme torbasına yerleştirin. Torbanın ağzını yanmaz tel ile sıkıca bağlayın. Üzerinde toplu iğne ile birkaç delik açın. Önceden ısıtılmış 190°C fırında yaklaşık 100 dakika pişirin. Hindiyi fırından çıkardıktan sonra yaklaşık 10-15 dakika dinlendirin.

Hindiyi pişirme torbasından çıkarıp, torbada biriken suyu süzerek küçük bir kaba alın. Hindiyi dilimleyerek, iç malzemesi ile birlikte, arzu ederseniz üzerlerine sos gezdirerek servis yapın.

Sos: Kalan yağı ısıtıp unu katın. Kısık ateşte ve karıştırarak un sararıncaya kadar yaklaşık 2-3 dak. ısıtın.

Karıştırmaya devam ederek, ayırdığınız hindi suyunu ve kalan piliç suyunu yavaş yavaş akıtıp, yedirin. Orta ateşte ve karıştırarak, kaynama noktasına kadar ısıtıp, ateşi kısın ve sos 2/3 oranında kalıncaya kadar, yaklaşık 6-8 dak. daha pişirin.



Hindi Tarifi

© lezzetler.com tarif no:129742 • adı:Safranlı Hindi • gönderen:şükriye avcı • indirme tarihi:20.09.2024 - 03:00