



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SARIMSAKLI HİNDİ KAVURMA

Yarım kilo kuşbaşı hindi  
250 gr mantar  
Yarım çorba kaşığı soya sosu  
8 adet sarımsak  
2 adet domates  
6 adet sivri biber  
1 yemek kaşığı salça  
1 adet kuru soğan  
1 çay bardağı sıvıyağ  
Tuz  
Karabiber

Kuşbaşı doğradığımız hindi etlerini,soyulup ezilmiş sarımsakları, soya sosunu, tuz ve karabiberi iyice harmanlayın. Üzerini kapatıp 2-3 saat dinlenmeye bırakın. 1 çay bardağı yarısı olan sıvı yağı tencerenize alın, sırasıyla ince doğranmış soğanı, biberleri, soyulup minik doğranmış domatesleri, salçanızı, ekleyin ve kavurma işlemine devam edin. Sebzeler suyunu çekene dek kavurun. Daha sonra bir kenara alıp, etlerimizi hazırlayın. Etlerinizi iyice kızdırılmış tavada yarım çay bardağı yağınızla birlikte alın ve kavurun suyunu salmışsa suyunu çekene dek kavurma işlemine devam edin, yumuşadığında etlerin üzerine domatesli karışımı dökün ve 15 dk kısık ateşte pişirin.

