



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ HİNDİ BUDU YAHNİSİ

- 1 kg hindi budu
- 2 soğan (doğranmış)
- 1 baş sarımsak (enlemesine 2'ye kesilmiş)
- 1/4 tatlı kaşığı kekik
- 1 defne yaprağı
- 500 g patlıcan (kabukları soyulmadan yaklaşık 1 cm kalınlığında dilimlenip, her dilim patlıcanın kalınlığına göre 4'e ya da 8'e kesilmiş)
- 2 çorba kaşığı natürel zeytinyağı
- 500 g kabak (kabukları kazınmadan yaklaşık 2,5 cm kalınlığında dilimlenip, her dilim 2'ye kesilmiş)
- 1 çorba kaşığı maydanoz (kıyılmış)
- Tatlı kırmızı biber sosu:
 - 1 tatlı kırmızı biber (sap ve çekirdekleri temizlendikten sonra, doğranmış)
 - 4 diş sarımsak (dövülmüş)
 - 1 tatlı kaşığı kekik
 - 1/4 tatlı kaşığı tuz

Hindi butlan, soğanlar, sarımsaklar, kekik ve defne yaprağını büyük bir tencereye koyup, malzemelerin üstlerini örtecek kadar su ekledikten sonra, tencereyi orta ateşe oturtun ve birtaşım kaynatın. Kaynayınca tencerenin kapağını biraz aralık bırakarak kapatıp, ateşi kısın ve butlar yumuşayınca kadar (yaklaşık 1 saat) pişirin. Bu arada, fırınınızı 230 °C'a ısıtın. Bir fırın tepsisine zeytinyağını koyup, patlıcan dilimlerini ekleyerek, her yanlarını zeytinyağına bulayın. Tepsiyi fırına verip, patlıcanları her yanları hafifçe kahverengileşinceye kadar (yaklaşık 15 dakika) pişirin. Sonra tepsiyi fırından alıp, bir kenara bırakın.

Sosu hazırlamak için hindi butlarının pişirme suyundan kepçeyle 12,5 cl (yaklaşık 1/2 su bardağı) kadarını alıp, küçük bir tencereye koyarak, tencereyi orta ateşe oturtun. Tatlı kırmızı biber parçalarını ekleyip, karışımı birtaşım kaynatın. Kaynayınca tencerenin kapağını kapatıp, ateşi kısarak, biberleri yumuşayınca kadar (7 -8 dakika) pişirin. Tencereyi ateşten alıp, biber parçalarını ve pişme suyunu blender kabına aktarın. Sarımsak, kekik ve tuzu ekleyip, pürüzsüz krema kıvamı alıncaya kadar karıştırın. Karışımı yeniden küçük tencereye aktarın, bir kenara bırakın.

Büyük tencerede kaynamakta olan hindi butları iyice yumuşayınca, delikli spatulayla bir tabağa çıkarın. Ateşi açıp, tencereye pişme suyunu, yaklaşık 1/2 litre (2 su bardağı) kalıncaya kadar (15 - 20 dakika) kaynatın. Bu arada, hindi butları elle tutulabilecek kadar soğuyunca etlerini ayıklayıp (kemiklerini ve derilerini atın), 2,5 cm'lik parçalar halinde kesin. Tencereyi ateşten alıp, pişme suyunu birtel süzgeçten bir kâseye geçirerek, fazla yağın alın.

Yağın aldığınız hindi suyunu yeniden tencereye koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak, birtaşım kaynatın. Kaynayınca kabak parçalarını koyup; tencerenin kapağını kapatarak, 5 dakika pişirin. Hindi eti parçaları, fırında kızarmış patlıcanlar ve maydanozu ekleyip, iyice ısıtın. Bu arada küçük tencereye sosu da ısıtıp, her iki tencereyi de ateşten alarak, sosu bir kâseye aktarın. Yahniiyi ısıtılmış 4 çorba tabağına bölüştürüp, yanında sosuyla servis yapın.