



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ HİNDİ HAŞLAMA

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

1 kg Hindi eti
2-4 adet patates
1 adet kereviz
1 adet havuç
1 adet domates
1 adet biber
5 adet arpacık soğanı
10 bardak su
Tuz, beyaz biber

Hindi eti pişirmeden önce üzerinde istenilmeyen kalıntıları temizlemek için blanching yapılmalıdır. Bir tencereye kuşbaşı büyüklüğünde doğranmış et, havuç, kereviz, biber, arpacık soğanlar, domates ve 10 bardak su ilave ederek ateşe konur. Kapağı kapatılarak kaynadıktan sonra ateş kısılır. Bir saat pişirilir. Kabukları soyulmuş ve kuşbaşı doğranmış patates ilave edilerek tencerenin kapağı kapatılır. Et ve patatesler yumuşayınca ateşten alınır. Servis edilir.