



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAZE FASULYELİ HİNDİ SALATASI

500 g hindi (göğüs eti kuşbaşı doğranmış)
750 g taze fasulye (kılçıkları ayıklanıp, uçları kesilmiş)
1 1/2 çorba kaşığı sirke (tercihen tarhunlu sirke)
1 çorba kaşığı ayçiçek yağı
2 tatlı kaşığı tarhun
2 çorba kaşığı taze soğan (ince doğranmış)
1/2 tatlı kaşığı tuz
bir tutam karabiber (taze çekilmiş)
1/2 su bardağı yoğurt (tercihen yarım yağlı)
1 çorba kaşığı krema
1 1/2 tatlı kaşığı hardal
1 tatlı kaşığı salça
1 çorba kaşığı maydanoz (kıyılmış)

Büyük bir tencerenin içine 2 litre (8 su bardağı) su koyup, tencereyi harlı ateşe oturtarak, suyu kaynatın. Kaynayınca taze fasulyeleri ekleyip, hafifçe yumuşayınca kadar (yaklaşık 6 dakika) haşlayın. Tencereyi ateşten alıp, fasulyeleri bir süzgeçte süzerek, soğuk su altında çalkalayın. Sularını süzdürüp, kâğıt mutfak havlusuyla kuruladıktan sonra, bir kenara bırakın.

Bir tencereye 1 litre (4 su bardağı) su koyup, bir taşım kaynatın. hindi etlerini ekledikten sonra, tencerenin kapağını kapatın ve eleri haşlayın. Tencereyi ateşten alıp, etleri bir süzgeçte süzerek, bir kenarda ılınmaya bırakın. Daha sonra bir salata kâsesinde fasulyelerle karıştırın.

Küçük bir kâseye sirke, ayçiçek yağı, tarhunun yarısı, taze soğanların 1 çorba kaşığı, tuzun yarısı ve karabiberin yarısını koyup, karıştırın. Hindi, taze fasulye karışımını bir servis tabağına koyup, hazırladığınız sirkeli marinadı kaşıkla üstlerine boşaltarak, tabağı oda sıcaklığında en az 30 dakika bekletin.

Bekletme süresinin bitimine doğru, sosu hazırlamak için yoğurt, krema, hardal ve salçayı bir kâsede karıştırın. Maydanozlar, kalan tarhun, kalan taze soğanlar, kalan tuz ve kalan karabiberi ekleyip, iyice karıştırdıktan sonra, salatanın yanında servis yapın.