



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

VİNDALOO

MALZEMELER

- 2 caykasigi kimyon tohumu (cumin)
- 2-3 kuru kirmizi chili biber (red chillies)
- 1 caykasigi karabiber tohumu (black peppercorns)
- 1 caykasigi cardamom (kabukluysa, kabuklarını soy)
- 2 cm tarcin kabugu (cinnamon)
- 1.5 caykasigi siyah hardal tohumu (black mustard seed)
- 1 caykasigi cemenotu tohumu (funegreek)
- 5 corbakasigi beyaz sirke (white vinegar)
- 1-2 caykasigi tuz
- 1 kesme esmer seker (light brown sugar)
- 10 corbakasigi bitkisel siviyağ (vegetable oil)
- 175-200 gr. ince ince yarım halka doğranmış soğan
- 225 ml su
- 900 gr. parça et
- 2.5 cm taze zencefil soyulmuş ve kabaca kıyılmış (ginger)
- ufak bir baş soyulmuş ve dişlere ayrılmış sarımsak (whole head of garlic)
- 1 corbakasigi kışnis tohumu (coriander)

YAPILIŞI

kimyon tohumu, kırmızı chili biberleri, karabiberleri, tarcin kabuğunu, cardamon'u, siyah hardal çekirdeklerini, cemenotu tohumlarının hepsini kahve ya da baharat öğütücüsünde öğütün. bunları bir kaseye koyun. Sirke, tuz ve sekeri ekleyin. Karıştırın ve bir yana koyun. Orta ateşte bir tavada yağı ısıtın, soğanları koyun ve soğanlar kahveleşip gevsek hale gelene kadar karıştırarak kızartın. Sonra soğanları alıp blender'a koyun, üzerine 2-3 corbakasigi su ekleyerek soğanları pure haline getirin. Sonra bu pureyi kenardaki kasedeki baharatlara ekleyin ve karıştırın. Bu Vindaloo karışımıdır. Kağıt havlu ile parça etleri kurulayın ve eğer varsa büyük yağ kısımlarını ayıklayın. Blender'a zencefil ve sarımsakları koyun. 2-3 corbakasigi su ekleyin ve yumuşak bir kıvama gelene kadar blender'dan geçirin. Tavadaki yağı tekrar orta ve yüksek arası ateşte ısıtın. Sonra et parçalarını koyarak bütün yanları kahveleşene kadar orta derecede kızartın. Etleri bir kaseye alın ve bütün hepsini bu şekilde kızartın. Şimdi sarımsak ve zencefil karışımını aynı tavaya koyun. kısık ateşte bir kaç saniye karıştırın. buna kışnis tohumu ve zerdeçal'i ekleyin ve bir kaç saniye daha tavada karıştırın. Sonra etleri ekleyin ve aynı zamanda vindaloo karışımıyla beraber toplanmış olabilecek suyu ve 225 ml su ilave edin. Kaynatın. Üstünü kapatın ve ağır ağır 1 saat boyunca ya da etler lif lif ayrılana kadar kaynamaya bırakın.