



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU HİNDİLİ BÖREK

4 adet hazır yufka
2 adet haşlanmış hindi göğüs eti
5 adet beyaz lahana yaprağı
3 adet orta boy havuç
2 adet orta boy kuru soğan
1 adet kesme şeker
2 yemek kaşığı soya sosu
4 yemek kaşığı sıvıyağ
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
Üzeri için;
2 adet yumurta
5-7 yemek kaşığı galeta unu
Sos için;
2 kahve fincanı su
2 kahve fincanı sıvıyağ
Üzerine;
Sarımsaklı yoğurt

Haşlanmış hindi eti tel tel ayrılır. Lahana yaprakları incecik kıyılır. Havuçlar rendelenir. Soğanlar yemeklik doğranır. Sıvıyağ, tavada kızdırılıp önce soğan 2-3 dakika kavrulur. Kıyılmış lahana ve havuç eklenip 3-5 dakika kavrulur. Tuz, karabiber ve kesme şeker ilave edilip kanştırılır. Hindi eti ve soya sosu da katıldıktan sonra kanştırılır ve ocaktan alınır.

Sos için, sıvıyağ ve su küçük bir kaptaki karıştırılır.

Yufkalardan biri tezgaha serilip hazırlanmış olan sos fırça yardımıyla yufkanın üzerine sürülür. İkinci yufka üzerine kapatılıp bastırılır. Pasta tabağı yufkanın üzerine yerleştirilip bıçak yardımıyla kesilerek yuvarlak yufkalar elde edilir.

Hazırlanan etli sebze kanşım yuvarlak yufkanın tam ortasına gelecek şekilde yayılır. Yufkalar kalın bir sigara böreği elde edilecek şekilde sarılır. Diğer yufkalara da aynı işlemler uygulanır. Yumurtalar bir kaptaki çırpılır. Galeta unu ayrı bir tabağa yayılır.

Hazırlanmış olan börekler önce çırpılmış yumurtaya, sonra galeta ununa bulanır.

Börekler yağlanmış olan fırın tepsisine dizilir.

175 dereceye ayarlanmış fırında en az 30-35 dakika pişirilip çıkarılır. Sıcakken üzerine sarımsaklı yoğurt gezdirilip servise sunulur.