KİRAZ'IN MUTFAĞI

Sebzeli Hindi Sote

Süre: 35 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 15 dakika
>> **Pişirme Süresi:** 20 dakika
>> **Kaç Kişilik:** 4 kişilik

Malzemeler:

- 600 g hindi göğsü
- 1 kırmızı biber
- 1 sarı biber
- 1 kabak
- 1 kuru soğan
- 2 diş sarımsak
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı kekik
- 1/2 çay kaşığı kimyon
- Tuz
- Karabiber

Ön Hazırlık:

Et ve sebzeler için ayrı kesme tahtaları kullanın. Malzemeleri benzer büyüklükte doğrayın; etin mühürlenmesi gereken tariflerde tavayı önceden iyice ısıtın.

Servis Önerisi:

Karabuğday pilavı veya bol yeşil salatayla sıcak servis edin.

Kiraz'ın Mutfağı

Yapılışı:

1. Hindiyi hazırlayın:

- Hindi etini eşit şeritlere kesip baharatlayın.
-

2. Eti mühürleyin:

- Şeritleri kızgın tavada partiler halinde renk alana kadar pişirin.
- Tavayı önceden ısıtın ve malzemeyi üst üste yığmayın. Ara vermeden karıştırmak yerine renk alması için kısa aralıklarla çevirin.

3. Sebzeleri soteleyin:

- Soğan biber ve kabağı aynı tavada diri kalacak biçimde çevirin.
- Tavayı önceden ısıtın ve malzemeyi üst üste yığmayın. Ara vermeden karıştırmak yerine renk alması için kısa aralıklarla çevirin.

4. Birleştirin:

- Hindi etini tavaya döndürüp sarımsakla kısa süre birlikte pişirin.
- Karıştırma işlemini malzemeleri ezmeden, alttan üste doğru yapın. Tuz ve baharatı son kez kontrol ettikten sonra bir sonraki aşamaya geçin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Tavuk veya hindi parçalarının en kalın yerini kontrol edin; içi pembe kalmamalı ve çıkan su berrak olmalıdır. Gıda termometresi kullanıyorsanız merkez sıcaklığı en az 74°C olmalıdır.

>> **İpucu:** Hindi etini uzun pişirmemek kuru ve sert kalmasını önler.

Kiraz'ın Mutfağı