



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BAHARATLI KUZU BUDU

<https://yemek.name>

1 adet kuzu budu (isteğinize göre parçalanmış ya da bütün olarak)

2 çorba kaşığı sıvı yağ

Sosu için:

2 diş sarımsak (rendelenmiş)

2 çay kaşığı tuz

2 çay kaşığı karabiber

2 çay kaşığı biberiye

½ çay kaşığı yenibahar

½ çay kaşığı kakule

2 yemek kaşığı çam fıstığı

5 yemek kaşığı zeytinyağı

Bir tencereye sıvı yağı ve kuzu budunu koyun, orta ateşte, et suyunu bırakana kadar birkaç dakika çevirin.

Sonra tencerenin kapağını kapatarak iyice pişene kadar yaklaşık 1,5 saat çok kısık ateşte kendi suyunda pişirin.

Sosu için, bir kapta sarımsağı, tuzu, karabiberi, biberiye, yenibaharı, kakuleyi, çamfıstığını ve zeytinyağını karıştırın.

Ocaktan aldığınız eti kapaklı bir fırın kabına yerleştirin, üzerine sosunu ekleyin ve fırında, kapağı kapalı olarak, 220 °C'de sosuyla birlikte 20 dk pişirin.

