



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA SEBZELİ KUZU BUDU

Aylin Durmaz Akın

- 1 kilo iri parçalar halinde doğranmış kuzu budu
- 1 adet irice soğan
- 1 yemek kaşığı biber salçası
- 1 limon kabuğu rendesi
- 1/2'er tatlı kaşığı karabiber, kırmızı biber, tuz
- 2 diş sarımsak
- Yarım çay bardağı zeytinyağı
- 3 adet ortaboy patates
- 1/2'er adet kırmızı sarı ve yeşil biber
- 1 tatlı kaşığı biberiye
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı

Kuzu butlarını kızgın döküm bir tavada önlü arkalı üçer dakika mühürleyelim.

Soğuyan etleri baharatlar,rendelenmiş sarımsak,irice doğranmış soğan,zeytinyağı,limon kabuğu rendesi ve salça ile 3-4 saat marine edelim.

Fırın torbasına kuzu butlarını marine malzemeleri ile koyup 200 derecede yaklaşık 70 dakika pişirelim.

Patates ve biberleri irice doğrayp baharat ve zeytinyağı ile karıştıralım.Yağlı kağıt serdiğimiz fırın tepsisine yerleştirip 200 dereceli fırında 20-25 dakika pişirelim.

Etler ve sebzeleri aynı servis tabağında fazla karıştırmadan servis yapalım.