



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

## FIRINDA SOSLU KUZU ÇÖPŞİŞ

### MALZEMELER:

- 1 kg kuzu kuşbaşı
- 2 çorba kaşığı zeytinyağı
- 4 diş sarımsak
- 3 yeşil biber
- 2 orta boy kuru soğan
- 3 büyük domates
- Kaşar rendesi (seçimlik)

### HAZIRLANIŞI:

Çok küçük doğranmış kuzu kuşbaşı etleri tahta şişlere geçirin. Tavada zeytinyağını kızdırdıktan sonra içine iki diş sarımsak atın, kokusu çıkana kadar bekleyip acılık vermemesi için sarımsakları çıkartın. Kuzu şişleri yağda arkalı önlü çevirdikten sonra tavadan alıp sıcak bir yerde bekletin, Aynı tavada ince doğranmış soğanları, yeşil biberleri, sarımsak ve kabuğu soyulup küçük doğranmış domatesleri sote edin. Pişen sosu, şişlerinin üzerine paylaştırıp 170 derecelik fırında sos ve şişlerin tadının bütünleşmesi için 20 dakika tutun. Arzu ederseniz son beş dakikada üzerine kaşar peyniri rendeleyebilirsiniz.