



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

KUZU FİLETO SARMASI

- 1 adet kuzu sırtı
- 8 adet kuzu böbreği
- 1 tatlı kaşığı biberiye otu
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1/2 çay kaşığı karabiber 1/2 su bardağı rafine yağı
- 1 su bardağı Sebze Karışımı (1 tatlı kaşığı kekikle karıştırılmış)
- 2,5 su bardağı esmer et suyu

- 1) Kuzunun sırtını, kemiklerin başlangıcından ve bitiminden kesiniz. Sonra sırta 8 santim mesafeden kaburgaları kesiniz. Kuzunun sırtını sırtüstü yatırıp, kaburgaları bıçağın ucuyla iyice kazıyıp, dışardan iterek etten ayırınız.
- 2) Bel kemiğini ve kılıç gibi sırt kemiğini deriyi yırtmadan bıçağın ucuyla keserek sıyrarak boydan boya çıkarınız ve kemiğin çıktığı boşluğa sırayla böbrekleri diziniz.
- 3) İçine biberiye otu, tuz ve biberi serpip iki taraftan sarkan kaburga etlerinden birini filetonun üzerine kapayınız, sonra diğerini kapanmış etin üzerine kapatıp bir sicimle evvelâ böbreklerin çıkmaması için boyuna iki kere karşılıklı bağlayıp, sonra enine sıkıca sarınız.
- 4) Filetoyu alıp kendi büyüklüğünde küçük bir tepsiye veya kasrola koyup tuz, biber ve biberiye otunu serpip, üzerini sarmısakla biraz ovup sarmısağı atınız.
- 5) Sonra üzerine yağı döküp ovar gibi her tarafına sürüp fırına atınız. Her 5-6 dakikada bir fırının kapağını açıp etleri fırından çıkarmadan fırının ağızına çekip kasrolun dibindeki yağdan kepçe veya kaşıkla alıp üzerine dökerek 30 dakika kızartıp altını üstüne çevirerek ve yağlayarak 30 dakika daha pişiriniz.
- 6) Sonra Sebze Karışımı'nı üzerine ve kenarlarına serpip yağlayarak 15 dakika daha pişirip fırından çıkarınız ve eti bir kaba alınız.
- 7) Tepsi veya kasrolun dibindeki yağı küçük bir süzgece döküp süzdürünüz. Eğer süzgece sebze düşmüşse sebzeleri tekrar kendi kabına koyunuz ve kabı ağır ateşe koyunuz.
- 8) Tepsi veya kasrole Esmer Et Suyu'nu ilâve edip, dibini bir spatula ile kazıyarak karıştırıp 6-7 dakika kaynatıp süzdürünüz ve sosunu sıcak benmaride tutunuz.
- 9) Etleri ayrı olarak sosu ile servis yapınız.