



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUZU KOL SARMASI ROSTO

Necip Usta

1 adet kısa kuzu kolu (1,5 kilo)
1 orba kaşığı salça
1 tatlı kaşığı tuz
1 orba kaşığı un
Az karabiber
7 su bardağı su
1 orba kaşığı tepeleme yağ
1 su bardağı kuşbaşı sebze

- 1) Kuzu kolunu tuzlayıp biberleyiniz. Yağı tencereye koyup kızdırınız, budu ilâve edip alt ve üstünü 2'şer dakika kızartınız.
- 2) Sonra sebzelerini ilâve edip yakmadan 2 dakika daha kızartıp salçasını ilâve ediniz.
- 3) 1 dakika daha kızartıp ununu koyunuz, iyice karıştırıp suyunu koyunuz. 1 kere kaynatıp üzerindeki köpüğü aldıktan sonra ağır ateşte veya fırında 1,5 saat pişiriniz.
- 4) Ateşten alırken suyunu kontrol ediniz. İçinde 2,5 su bardağı salçası kalmalıdır, yoksa sıcak su ilâve edip 10 dakika kaynatınız.
- 5) Sonra eti bir kaba çıkarıp salçasını üzerine süzdürünüz. Sofraya götürürken dilimleyip servis yapınız.