



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

OSMANLI KUZU KOL SARMA

Malzemeler:

1 adet kuzu kolu,
yarım kilogram ıspanak,
yeterince tuz,
karabiber,
kekik
alüminyum folyo.

Sosu için malzeme:

1 adet orta boy kuru soğan,
3 adet orta boy çarliston biber,
1 adet orta boy domates,
1 tatlı kaşığı domates salçası,
1 çay bardağı sıvıyağ
yeterince tuz.

Hazırlanışı:

İspanakları ayıklayıp yıkayarak su ilave etmeden haşlayalım. Süzgece alıp suyunu süzerek doğrayalım. İçine tuz ve karabiber ekleyerek karıştıralım. Kuzu kolunun etini kemiğinden ayıralım. Eti döverek hafifçe inceltelim. Üzerine tuz ve karabiber serpelim. Kuzu kolunun ortasına ıspanaklı harcı düzgün bir şekilde yayalım. Etin yan kenarlarını üstte toplayarak sıkı bir şekilde rulo yapıp saralım. Kuzu kolunu hafifçe yağlanmış alüminyum folyoya sararak fırın kabına yerleştirelim. 220 derecede ısıtılmış fırında 60 dakika et iyice yumuşayana kadar pişirelim. Kuzu kolunu fırından alalım. Üzerindeki alüminyum folyoyu çıkarıp dilimleyerek ve üzerine sos gezdirerek servis yapalım.

Sosun hazırlanışı: Tavaya sıvıyağı alıp küp şeklinde doğranmış soğanı pembeleşene kadar kavuralım. Küçük doğranmış biberleri ve ardından nohut büyüklüğünde doğranmış domatesi ilave edip 2-3 dakika kadar daha kavurmaya devam edelim. Salçayı, yarım çay bardağı suyu ve tuzu ekleyerek sosu bir taşım kaynatıp ateşten alalım. Sosu mikser yardımıyla pürüzsüz kıvama getirelim.

[ML® Mülebbes Dolması için tıklayın](#)