



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BİBERİYELİ SARIMSAKLI KUZU PİRZOLA

<https://www.mediashop.tv>

2 (toplamda 1,2 kg) kuzu kaburgası
3 küçük dal biberiye
4 diş sarımsak, soyulmuş
2 yemek kaşığı dijon hardalı
1 çay kaşığı deniz tuzu
½ çay kaşığı öğütölmüş karabiber

Biberiyei ve sarımsağı doğrayın.

Şiş tutucuyu monte edin. Kemiğe yakın olan ete bir şiş sokun. Bunu diğeri şişlerle tekrarlayın.

Her bir şiş i şiş tutucuya yerleştirin. Şişleri her iki ucundab ve ortadan ip kullanarak birleştirin.

Kuzu pirzoları hardalla ovun. Bitki karışımını kuzu pirzolarının üstüne yayın. Tuz ve karabiber ile tadlandırın.

Kuzu etini Power AirFryer Çok Multi-Function'a yerleştirin.

Döner ızgara düğmesine basın. Pişirmeyi başlatmak için hazırlık süresini 15 dakikaya ayarlayın.

İstenilen iç sıcaklığa ulaşılana kadar yağlayın:

50°C ? kanlı

60°C ? pembe

65°C - yarı pembe

75°C - iyi pişmiş

Kesmeden önce 10 dakika boyunca dinlendirin.

