



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA OĞLAK BUDU

- 2 adet oğlak budu
- 1 ölçü karışık baharat
- 1 çay kaşığı çili biberi tohumu
- 2 diş sarımsak
- 3 çorba kaşığı sirke
- 1 adet kırmızı soğan
- 1 adet beyaz soğan
- 2 adet havuç
- 1 adet limon kabuğu rendesi
- 1 tutam kekik
- 1 tutam taze biberiye
- 1 ölçü bal

Karabiber, rezene tohumu ve tarçınla bir havanın içinde bu baharatları çili biberi tohumu, az miktarda zeytinyağı, bir tutam tuz, ince ince doğranmış sarımsak ve bir kaşık sirkeyle karıştırın. Oğlak etinin üstünde altın rengi bir kabuk oluşmasını isterseniz, biraz bal da kullanabilirsiniz. Son olarak, malzemelerin hepsini macun hâline gelene dek ezin. Bu macunu, etin üstüne iyice yedirin.

Çeşnilendirilmiş eti fırına vermeden, fırını 220 derecede önceden ısıtmak en iyisidir. Fırın ısınırken siz de oğlak budunu hazırlayın. Fırın tepsisinin tabanını, yağla kaplayın ve kalınca doğranmış soğanlarla havuçları tepsinin dibine yayın. Oğlak butlarını, sebzelerin üstüne yerleştirin. Üstlerine rendelenmiş limon kabuğu serpiştirip. Evinizde taze kekik ya da biberiye varsa, etlerin üstüne bunlardan birkaç dal koyabilirsiniz. fırında pişirin servise hazır.

