



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## FIRINDA SEBZELİ KUZUBUDU

6-8 Kişilik Gerekli malzeme:

- 1 kg kuzu budu,
- 5 su bardağı su
- 2 çorba kaşığı sıvıyağ veya 1 çorba kaşığı tereyağı
- 2 havuç, 2 patates
- 3-4 arpacık soğan,
- 1 baş sarımsak
- Yarım kg brüksellahanası
- 10-12 mantar
- Birkaç kereviz yaprağı
- Tuz,
- tane karabiber
- Sos malzemesi:
- 2 çorba kaşığı salça
- 1 çorba kaşığı yoğurt
- 1 çorba kaşığı sıvı yağ

Kuzu budunun yağ ve sinirlerini temizleyin. Üzerinde ince bir bıçakla minik delikler açıp soyulmuş sarımsak dişlerini ve karabiberleri yerleştirin. Patates ve havuçları temizleyip eşit büyüklükte doğrayın.

Derin bir tencereye 5 bardak suyu alın. Kuzu budunu ve sebzeleri ekleyip kaynatın. Suyun üzerinde biriken köpükleri kevgirle alın. Sebzeler hafif yumuşayınca kevgirle çıkarıp bir tabağa alın. Et yumuşayınca kadar kısık ateşte pişirmeye devam edin. Tuz ekleyip 2-3 dakika sonra ateşten alın.

Budu fırın tepsisine yerleştirin. Sos malzemelerini karıştırıp budun üzerine sürün. Etrafına lahanalarla tüm sebzeleri dizin. Tencerede kalan pişme suyunu süzerek tepsiye boşaltın. Orta ısı fırında etin üzeri nar gibi kızarana kadar pişirin. Sebzelerin her iki tarafının kızarması için arada çevirin.

Kuzu budunu servis tabağına alın. Mantarları temizleyip lahanalarla beraber 2 kaşık yağda 3-4 dakika kavurun. Diğer sebzelerle birlikte etin etrafına dizin. Sıcak olarak servis yapın.