



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FISTIKLI KUZU BUT DOLMASI FIRIN ÇEVİRMESİ

100 gram yeşil fıstık
2 dilim beyaz ekmek içi
1/2 tatlı kaşığı tuz
1/4 çay kaşığı karabiber
1 adet kuzu budu (2 kiloluk)
500 gram kuzu kıyması (2 defa çekilmiş)

- 1) Yeşil fıstığı kaynar suda 1 dakika kaynatıp süzdürünüz ve kabuklarını soyunuz.
- 2) 2 dilim ekmeğin kabuklarını soyup bol suda 5 dakika ıslayıp iyice sıkıp kıymanın içine ilâve ediniz.
- 3) Yeşil fıstığı, tuzu, biberi ilâve edip 3-4 dakika iyice yoğurunuz.
- 4) Kuzu budunun sokum kemiğini çıkarıp, budun ortasındaki kemiğin etrafını bıçağın ucuyla kazıyıp eti iki başparmağınızla diz kemiğine kadar itiniz ve deriyi yırtmadan diz kemiğini içerden ve oynak yerirfden kesip çıkarınız.
- 5) Kemiği çıkardığınız boşluğa hazırladığınız kıymalı harcı doldurunuz ve deliğin ağzını bir sicimle dikiş. But dolmasını uygun bir tepsiye koyup tuz, biber ve biberiye otunu serpip, üzerini sarımsakla biraz ovup sarımsağı atınız.
- 6) Sonra üzerine yağ döküp ovar gibi her tarafına sürüp fırına atınız. Her 5-6 dakikada bir fırının kapağını açıp etleri fırından çıkarmadan fırının ağzına çekip tepsinin dibindeki yağdan kepçe veya kaşıkla alıp üzerine dökerek 30 dakika kızartıp altını üstüne çevirerek ve yağlayarak 30 dakika daha pişiriniz.
- 7) Sonra Sebze Karışımı'nı üzerine ve kenarlarına serpip yağlayarak 15 dakika daha pişirip fırından çıkarınız ve budu bir kaba alınız.
- 8) Tepsi veya kasrolun dibindeki yağ küçük bir süzgece döküp süzdürünüz. Eğer süzgece sebze düşmüşse sebzeleri tekrar kendi kabına koyunuz ve kabı ağır ateşe koyunuz.
- 9) Tepsi veya kasrole Esmer Et Suyu'nu ilâve edip, dibini bir spatula ile kazıyarak karıştırıp 6-7 dakika kaynatıp süzdürünüz ve sosunu sıcak benmaride tutunuz.
- 10) Kuzu budunun sicimlerini söküp dikine ve enine dilimleyip servis yapınız.