



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

IZGARA KUZU BUDU

2 kg'lık 1 kuzu budu (kemikleri çıkarılıp bütün bırakılmış)

1 büyük diş sarımsak

2 tatlı kaşığı hardal

1 tatlı kaşığı tuz

1 çay kaşığı karabiber

2 çorba kaşığı un

Sosu:

3 çorbar kaşığı ketçap

2 çorba kaşığı domates salçası

3 çorba kaşığı tereyağı (eritilmiş)

1 çay kaşığı pul kırmızıbiber

1 soğan (ince doğranmış)

1 tatlı kaşığı şeker

Önce fırını yüksek sıcaklığa (220°C) getirip ısıtınız.

Keskin bir bıçağın ucuyla, ette delikler açınız. Sarımsağı dilim dilim kesip, bu deliklerin içine batırınız. Küçük bir kasede hardal, tuz ve biberi karıştırıp, etin her tarafını ovunuz. Sonra etin her yanını una bulayınız.

Başka bir küçük kasede sos malzemesini karıştırınız. Eti rosto tepsisine yerleştirip, fırının orta katına sürünüz. 20 dakika sonra fırının sıcaklığını biraz azaltıp (190°C), üstüne hazırladığınız sosu dökerek, eti bir saat 15 dakika, arasıra suyundan alıp üstüne gezdirerek pişiriniz. (Sosu azalırsa biraz daha su ya da et suyu katınız. Sos oldukça koyu olmalıdır.)

Rosto tepsisini fırından alıp, eti sıcak servis edeceksiniz, ısıtılmış bir servis tabağına koyup üstüne sosu dökerek, dilimleyip servis ediniz. Soğuk servis edeceksiniz, soğutulmuş servis tabağına koyup üstüne sosu dökünüz. Soğumasını bekleyip dilimleyerek servis ediniz.

Not: Izgara kuzu budunu, sıcak yada soğuk olarak, yanında haşlanmış taze patates ve bütün haşlanmış havuçla servis edebilirsiniz.