



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KUZU BUDU IZGARA

<https://www.silverdokumtencere.com>

2 adet kuzu budu
2 adet orta boy patates
1 adet büyük boy soğan
1 baş sarımsak
Tuz, Baharatlar ve Nar Ekşisi

Kuzu butlarını 2 su bardağı suda 1 saat haşlayın. (Haşladığınız suyu daha sonra pilavda kullanın.)
Silver demir döküm tencerede küp küp doğranmış patatesleri az yağda kavurun. (Kapağını kapatmayın)
1 Adet soğanı piyaz doğrayın.
1 baş sarımsağı soyup her bir dişi 2'ye kesin.
Patatesler pişince (rengi kızarmadan) kuzu butlarını tencereye yerleştirin ve kızartın (Yağ koymayın, Silver demir döküm tencerede hafif ısıda kızaracak. Böylece ızgara gibi hafif olacak)
Ayrı bir kapta 2 çorba kaşığı nar ekşisi, 1 çorba kaşığı et suyu, tarçın, kimyon, zerdeçal, tuz karıştırın.
Et ve patateslerin üstüne soğan ve sarımsakları ekleyin. Hafifçe karıştırın. Silver demir döküm Tencerenin en altında etler olsun.
Üzerine nar ekşili sosu ekleyin. Kapağını kapatın.
Hafif ateşte 10 dk kadar pişirin.
Suyunu çekince altını kapatın.
Kekik suyunda ıslattığınız pilav ve bol yeşillikli, sirkeli salata ile afiyetle yiyin.

