



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUZU KOL SARMASI FIRIN ÇEVİRMESİ

- 1 adet 1,5 kiloluk kuzu kolu
- 1/2 tatlı kaşığı tuz
- 1/2 tatlı kaşığı karabiber
- 1 diş sarımsak
- 1/2 su bardağı rafine yağı
- 1/2 su bardağı Sebze Karışımı (1 tatlı kaşığı kekikle karıştırılmış)
- 1,5 su bardağı esmer et suyu

- 1) Kuzu kolunu açarak kemiklerini çıkartınız ve incelterek keserek genişletiniz. Başından sonuna doğru rulo yaparak sarınız ve açılmaması için en az üç yerinden sicimle bağlayınız.
- 2) Kol sarmasını uygun bir tepsiye koyup tuz, biber ve biberiye otunu serpip, üzerini sarımsakla biraz ovup sarımsağı atınız.
- 3) Sonra üzerine yağı 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.
- 4) Sonra Sebze Karışımı'nı üzerine ve kenarlarına serpip yağlayarak 15 dakika daha pişirip fırından çıkarınız ve kolu bir kaba alınız.
- 5) Tepsi veya kasrolun dibindeki yağı küçük bir süzgece döküp süzdürünüz. Eğer süzgece sebze düşmüşse sebzeleri tekrar kendi kabına koyunuz ve kabı ağır ateşe koyunuz.
- 6) 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.
- 7) Kuzu kolunun iplerini alarak ayrı olarak sosu ile masada keserek servis yapınız.