



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SEBZELİ KUZU KOL

- 1 adet kuzu kol
- 3 çorba kaşığı tereyağı
- 4 diş ezilmiş sarımsak
- 2 dal biberiye
- 2 kırmızıbiber
- 2 sarı biber
- 2 yeşilbiber
- 1 soğan
- 1 çorba kaşığı tane karabiber

Öncelikle eti kızgın bir tencerede mühürleme işlemi yapın. Yani her yerini rengi dönünceye kadar pişirin. Sonra fırın kabının içine alıp üzerine biberiye, tereyağı, rendelenmiş soğan ve sarımsak sürün. Üzerini yağlı kağıtla kapatın. 180 derecede 1 saat pişirin. Yağlı kağıdı alıp etin yanlarına uzunca doğranmış sebzeleri ekleyin. 20 dakika daha fırında pişirin. Sıcak olarak ikram edin.

