



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ KUZU ŞİŞ

350 gram kuzu kuşbaşı
1 adet soğan
2 adet kırmızıbiber
1 adet kabak
4 diş sarımsak
1 çay bardağı zeytinyağı
1 çorba kaşığı kekik
2 çorba kaşığı sirke

Soğanı, kabağı ve kırmızıbiberi irice doğrayın. Kuşbaşı etler çok büyükse biraz ufaltın. Sebzelerle etleri derin bir kaba alıp üzerine zeytinyağı, kekik, sirke ve rendelenmiş sarımsakları koyun, bu karışımın içinde 15 dakika dinlendirin. Daha sonra sırayla şişlere dizin ve fırın tepsisine sığacak şekilde yerleştirip 200 derecedeki fırında ara sıra çevirerek iyice kızartın. Yanında bol salatayla sıcak olarak servis yapın.