



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TERBİYELİ ŞİŞ KEBAP

800 gram kuzu kuşbaşı
2 diş sarımsak
4 yemek kaşığı zeytinyağı
2 yemek kaşığı barbekü sos
1/2 çay kaşığı kişniş tohumu
1 dal biberiye
1/2 tatlı kaşığı ince çekilmiş deniz tuzu

Kuzu kuşbaşını etini iri kuşbaşı şeklinde doğradıktan sonra geniş bir karıştırma kabına alın. Bıçağın tersiyle ezdiğiniz sarımsakların kabuklarını soyup incecik kıyın. Zeytinyağı, ev yapımı barbekü sos, kişniş tohumu ve taze biberiye ilavesiyle kuşbaşı etleri harmanlayın. Hazırladığınız sosun ete nüfuz etmesini sağlayın. Kapağını kapattığınız kaptan, buzdolabında en az 2 saat kadar dinlendirin. Üzerine ince çekilmiş deniz tuzu serptiğiniz marine etleri yağlanmış şişlere geçirin. Mangal ateşi, fırının ızgara bölümü ya da üzerine yağlı kağıt serilmiş fırın tepsisi üzerinde, yüksek ateşte kızarana kadar pişirin. Salata ya da dip soslar eşliğinde sıcak sıcak sevdiklerinizle paylaşın.

