



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütavazı Lezzetler© Mutluluklar Diler

MANGALDA KUZU ŞİŞ



500 Gr. kemiksiz kuzu but
2 Adet kemer patlıcan
5 Adet sivri biber
2 Adet domates
Terbiyesi İçin;
1 Adet küçük kuru soğan
1 Çorba kaşığı zeytinyağı
1 Tatlı kaşığı tuz
Yarım tatlı kaşığı kırmızı pul biber

- # En az 2 saat önceden et doğranır, üzerine rende kuru soğan, sıvı yağ, tuz, kırmızı pul biber eklenir, buzdolabında dinlenmeye bırakılır.
- # Patlıcanlar yıkanır, kurulanır, baş parmak kalınlığında daire şeklinde dilimlenir, tuzlu suda bir süre bekletilir.
- # Sivri biberler 4 - 5 parçaya kesilir, domatesler de patlıcanın büyüklüğünde uygun şekilde doğranır.
- # Et, biber, acısı çıkmış patlıcan, domates, arzuya göre şişe dizilir.
- # Odun mangalında pişirilir.
- # Servis yapılacağı zaman şişten çıkarılarak sunulur.

Not: Odun mangalı imkanı yoksa, elektrikli ızgarada pişirilir.