

Kuzu Şiş

Geleneksel Türk Kuzu Şiş tarifi. Marine edilmiş kuzu eti küplerini mükemmellik derecesinde ızgarada pişirin. Otantik Orta Doğu lezzetleriyle kolay BBQ tarifi.

1h	12 min	1h 12min	4	Medium
HAZIRLIK	PIŞIRME	TOPLAM	PORSİYON	ZORLUK



Malzemeler

- 400 g kuşbaşı et

Yapılışı

1 Marinatı hazırlayın

Büyük bir karıştırma kasesinde zeytinyağı, limon suyu, kıyılmış sarımsak, doğranmış soğan, Türk baharatları, tuz ve karabiberi birleştirin. İyi karışana ve tuz eriyene kadar yaklaşık 1 dakika çırpın.

2 Kuzuyu hazırlayın

400g kuzuyu eşit 3-4cm küpler halinde kesin, fazla yağ veya zarı temizleyin. Eti kağıt havluyla kurulayın.

- ### 3
- Kuzu küplerini marinata ekleyin ve her parça iyice kaplanana kadar karıştırın. Kaseyi streç filmle örtün ve daha derin lezzet için en az 1 saat veya 6 saate kadar buzdolabında bekletin.

4 Izgaraya hazırlayın

Marine kuzu etini oda sıcaklığına getirmek için pişirmeden 30 dakika önce buzdolabından çıkarın. Eşit pişirme için parçalar arasında 5mm boşluk bırakarak kuzu etini metal şişlere dizin.

5 Pişirme sırasında sürme için kalan marinattan 2-3 yemek kaşığı küçük bir kasede ayırın.

6 Kebapları ızgarada pişirin

Izgaranızı orta-yüksek ateşe (200-230°C/400-450°F) önceden ısıtın ve ızgarayı iyice temizleyin. Yapışmayı önlemek için ızgarayı yağla fırçalayın.

7 Şişleri ızgaraya yerleştirin ve alt kısım altın-kahverengi kavrulana kadar 5-6 dakika hareket ettirmeden pişirin.

8 Şişleri çevirin ve kuzu her taraftan kavrulan ve orta pişkinlikte (iç sıcaklık 60°C/140°F) olana kadar, yarı zamanda ayrılmış marinatla sürerek 5-6 dakika daha pişirin.

9 Dinlendirin ve servis yapın

Şişleri servis tabağına alın ve suların yeniden dağılması için 3 dakika dinlendirin. Sıcakken hemen servis yapın.

Besin Değerleri

349	31.4g	2g	21.1g	0.5g	1g	1,050mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LİF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Daha eşit pişirme ve daha iyi doku için kuzunun ızgaradan 30 dakika önce oda sıcaklığına gelmesini bekleyin.

Ahşap şişleri ızgara sırasında yanmasını önlemek için kullanmadan önce en az 30 dakika suda bekletin.

Şişleri tıka basa doldurmayın - eşit pişirme ve uygun kavrulma sağlamak için et parçaları arasında küçük boşluklar bırakın.

Izgaranızı orta-yüksek ateşe önceden ısıtın ve yapışmayı önlemek ve güzel ızgara izleri elde etmek için ızgarayı yağlayın.

İç kısım yumuşak ve sulu kalırken uygun kabuk oluşturmak için pişirme sırasında şişleri sadece bir kez çevirin.

Pişmiş eti ızgaradan aldıktan sonra suların et boyunca yeniden dağılması için 2-3 dakika dinlendirin.

Izgara sırasında alevlenmeler olursa, su kullanmak yerine şişleri geçici olarak ızgaranın daha serin bir bölümüne taşıyın.

