



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

CİĞER SARMASI (EDİRNE)

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

1 koyun gömleği (karın zarı)
2 su bardağı su
350 g karaciğer
150 g akciğer
½ su bardağı pirinç
2 çorba kaşığı sıvı yağ
2 çorba kaşığı dolmalık fıstık
2 çorba kaşığı kuşüzümü
3 adet taze soğan
1 yumurta
1 çorba kaşığı kuru nane
1 çay kaşığı karabiber
3 adet domates
6 adet kıvırcık marul yaprakları
Tuz

Koyun gömleğini iyice yıkayıp 1 bardak sıcak suda 5 dakika bekletin. Gömleği süzgece alıp süzdürünüz. Suyu alıp daha sonra kullanmak üzere saklayınız. Yıkamış ciğerlerin önce zarlarını soyarak bıçakla ince kıyınız. Ciğerleri bir tavaya alıp üzerine tuz ekleyiniz. Suyunu salıp çekinceye kadar karıştırarak pişiriniz. Pirinci yıkayıp süzünüz.

Bir tencerede sıvı yağ ısıtıp dolmalık fıstıkları yumuşayınca kadar kavurun. Pirinç 1 bardak sıcak su, kuşüzümü ve tuz ilave edip karıştırınız. Suyunu çekinceye kadar pişirip ocaktan alınız. Soğanı ince ince doğrayınız. İç malzemeye ilave edip harmanlayınız. 10 dakika dinlendiriniz. Ciğer, nane ve karabiberi iç malzemeye ilave edip harmanlayınız.

Koyun gömleğini 6 parçaya ayırınız. Ortalarına iç malzemeden yerleştirip bohça şeklinde kapatınız. Ters çevirip hafifçe yassılaştırarak fırın tepsisine yerleştiriniz. Üzerlerine çırpılmış yumurta sürünüz. Koyun gömleğini beklettiğiniz suyu ısıtıp ciğer sarmalarının üzerine gezdiriniz. Önceden ısıtılmış 170 dereceye ayarlı fırında 30 dakika pişiriniz. Kıvırcık marul yapraklarını yıkayıp süzünüz ve servis tabağına diziniz. Üzerlerine ciğer sarmalarını yerleştirip domates dilimleri ile servis yapınız.

Not: Bazı yörelerde çiğden hazırlanan iç kuzu gömleğine sarılarak üzerine yumurta sarısı sürülüp fırınlanmaktadır.