



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

CİĞER SOTESİ

1 koyun veya kuzu karaciğeri
2 domates (orta)
2 diş sarımsak
6 dal maydanoz
2 kahve kaşığı un
2 tutam kekik
3 kaşık yağ
karabiber
tuz

Ciğer yıkanıp temizlenir, kurulandıktan sonra zarı yüzölür. İki parmak genişliğinde parçalar halinde kesilir. Enlemesine, bıçak sırtı kalınlığında şerit biçiminde doğranarak bir kaba konur. Ayrıca domatesler de kabuğundan soyulup küçük küçük doğranır. Yemekten 15.-20 dakika önce büyükçe bir tavada yağ hafif kızdırıldıktan sonra ciğer de konur. Suyu çekilinceye kadar kavrulur. Un ve domates ilâve edilir. Karabiber, tuz, kekik ve çentiklenmiş sarımsak atılır. Birkaç defa karıştırılıp bir bardak sıcak su eklenir. Birkaç taşım kaynatılır, tabağa alınır. Yanına patates ve kıyılmış maydanoz konur.