



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

KOLAY KOYUN CİĞER SOTE

Bir kilo karaciğeri kuşbaşı doğrayınız. 200 gram sadeyağı tencerede kızdırıp, ciğerleri içine atınız. Üç tutam tuz, bir tutam biber serpiniz. Altı dakika kızartınız. Bir iki baş sarımsak kıyınız, bir tutam un, bir tutam kıyılmış maydanozu üzerine serpiniz. Sonra bir bardak su dökünüz. Kapağını kapatınız. Pişinceye kadar öyle bırakınız.
