



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

CIĞER IZGARA

1 Kuzu Ciğeri (1-1,5 cm kalınlığında dilimlenmiş)
1/4 Su Bardağı Rafine Yağ
1/3 Su Bardağı Un
1 Çay Kaşığı Tuz
1/2 Kahve Kaşığı Karabiber

Zarı alınmış ve eşit parçalara dilimlenmiş ciğerlere tuzu ve biberi serptikten sonra, ciğerleri hafifçe unlayınız. Önceden ısıtılmış kömür ızgarasında (yoksa fırın ızgarası yada ocağın üzerine koyacağınız herhangi bir ızgarada) her iki taraflarını 3-4'er dakika ara sıra üstlerine bir fırça ile rafine yağ sürerek ızgara ediniz.

[ML® Karışık Sakatat Izgarası için tıklayın](#)
