



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

CİĞER TAVA (ISPARTA)

Isparta İl Kùltür ve Turizm Mùdùrlùğù

1 kg Cùğèr
4 Adet Kuru Soğan
2 Adet Sivri Biber
2 Adet Domates
3 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
2 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
Yarım Limon
2 Çay Kaşığı Sumak
2 Çay Kaşığı Kırmızı Pul Biber
Karabiber
Tuz

Karacigerin zarı soyulur, damarları çıkarılarak kuşbaşı doğranır. Tencerede yağ kızdırılır. Cigerler atılıp harlı ateşte karıştırarak biraz pişirilir. Kùp kùp doğranmış 2 soğan, kabukları soyulup doğranmış domates ve iri doğranmış sivri biberler, cùğere ilave edilip tavanın kapağı kapatılmadan kısık ateşte pişirmeye devam edilir. Tuz, karabiber atılır. 2 soğan yarım halka doğranır, tuzla ovulup yıkanır. Doğranmış maydanoz, pul biber, sumak, zeytinyağı, limon suyu, tuz karıştırılır. Ciger tavanın yanında servis yapılır.

