



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## CIĞERLİ OMLET

### Malzeme:

5 yumurta  
1 domates  
1 demet maydanoz  
250 gr. kuzu veya tavuk ciğeri  
1 kaşık mısır unu  
tuz  
karabiber

### Yapılışı:

Ciğeri küçük parçalar halinde doğrayın. Tavaya 1 kaşık yağ koyup ciğer ve tuzu ilave edin. Ciğer suyunu çekince, doğranmış domates katılıp 1-2 dakika sonra ateşten alın. Karabiber, kıyılmış maydanoz, un katıp karıştırın. Yumurtaları ayrı bir yerde çatalla çırpıp ciğere ilave edip iyice karıştırın. Tavaya biraz yağ koyup kızdırdıktan sonra malzemenin yarısını döküp yaydırın. İki tarafını da pişirin. Diğer malzemeyi de pişirip servis yapın.