



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## CIĞERLİ OMLET

250 gr kuzu veya tavuk ciğeri

3 yumurta

1 domates

1 demet maydanoz

1 kaşık mısır unu

Tuz

Karabiber

1- Ciğer küçük küçük doğranır.

2- Tavaya 1 kaşık yağ konulur. Ciğer ve tuz ilave edilir.

3- Ciğer suyunu çekince, doğranmış domates katılır, 1-2 dakika sonra pişirilip ateşten alınır.

4- Karabiber, kıyılmış maydanoz, un katıp karıştırılır.

5 Yumurtalar ayrı bir yerde çatala çırpılıp ciğere ilave edilir ve iyice karıştırılır.

6- Tavaya biraz yağ konulup kızdırıldıktan sonra malzemenin yarısı dökülüp yaydırılır.

7- İki tarafı da pişirilir.

8- Diğer malzeme de pişirilip servis yapılır.