



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## SEBZELİ VE PİRİNÇLİ CİĞER SOTE

### MALZEMELER

1 su bardağı hafif haşlanmış pirinç  
1 çay bardağı soya yağı  
1/2 kg koyun ciğeri  
2 adet patates  
2 adet havuç  
3 çorba kaşığı konserve iç bezelye  
2 çay kaşığı karabiber  
3 dal dereotu  
Yeterince tuz

### HAZIRLANIŞI

Pirinci bir tencerede diriliğini kaybetmeyecek şekilde haşlayın ve suyunu iyice süzün. Patates ve havuçları küp şeklinde doğrayın. Bir tavada yağı kızdırıp kuşbaşı doğranmış ciğerleri bir miktar kavurun. İçine doğranmış patates ve havuçları, bezelyeyi, yeterince tuz ve karabiber ekleyip iyice kavurun. Ateşten alıp yağın süzdürün. İçine haşlanmış pirinci de ekleyerek servis tabağına alın. Üzerini dereotu ile süsleyerek servis yapabilirsiniz.

[ML® Kuzu Ciğeri Sotesi için tıklayın](#)