



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK CİĞERİ TERİN

Michael Montignac

750 GR TAVUK (HİNDİ, KAZ VS) CİĞERİ
500 GR SOSİS İÇİ (DERİSİNİ SOYUN, İÇİNİ KULLANIN)
4 ARPACIK SOĞANI
2 DİŞ SARIMSAK
1 DEMET MAYDONOZ
BİRKAÇ YAPRAK TARHUN OTU
3 YUMURTA
TUZ
KARABİBER

Ciğerleri bıçakla kıyın ve bunu sosis içi ile karıştırın. Sarımsağı ve arpacık soğanlarını, maydanozu ve tarhun otu yapraklarını ince ince kıyın. Bunların hepsini ciğerli harca karıştırın ve tuz, biber ekleyin. Omlet gibi çırpılmış yumurtaları ve 1 çay bardağı suyu da karışımınıza katın. Hepsini iyice birbirine karıştırın, homojen bir harç elde edin. Güveç gibi seramik bir dikdörtgen kaba karışımı boşaltın. Kabin ağzını kapatın ve 220 derece ısıtılmış fırında 2 saat pişirin. İyice soğuduktan sonra servis yapın.

