



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YAPRAK CİĞER (MUĞLA)

Muğla Valiliği

300 gr. oğlak ciğeri
3-4 adet acı biber
1-2 adet domates
1 su bardağı sıvıyağ
Tercihe göre karabiber
Tercihe göre limon

Ciğer, zarı alındıktan sonra 3-4 cm. uzunlukta ve ince dilimler şeklinde kesilir. Ocağa alınan bir tavada sıvıyağ kızdırılır. Doğranan ciğerler yağa atılır. Ciğer kızarıırken bütün halde biberler de eklenir. Mevsime göre taze ya da kuru biber kullanılır. Domatesler halka şeklinde doğranır, ciğerin etrafına dizilir, alt-üst edilerek kızartılır. Domates ve biber pişirmeden de kullanılır. Yemek, 10 dakika gibi kısa bir sürede hazır olur. Yerken, tercihe göre üzerine karabiber serpilir, limon sıkılır. Yanında soğan salatasıyla iyi gider.

Not: Yaprak ciğer, ciğerin yaprak gibi ince kesilerek pişirilmesi nedeni ile bu ismi alan ve çarşı mutfağı kapsamında Milas, Yatağan, Menteşe, Ula gibi çeşitli yerlerde belli esnaf lokantalarında sunulan yemek seçeneklerinden biridir. Ula'daki özelliği, 07.30-10.30 saatleri arasında sabah kahvaltısı olarak servis edilmesidir.

