



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütavazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

MANTARLI CİĞER YAHNİSİ



Yarım kg kuzu ciğeri
Yarım kg mantar
2 adet kuru soğan
2 adet domates
2 adet sivri biber
3 diş sarımsak
4 çorba kaşığı sıvıyağ
Yarım tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz

- # Ciğer kuşbaşı doğranır ve kanı akması için bir süzgece konur, yarım saat kadar bekletilir.
- # Tencereye yağ konur, ısınınca ciğer eklenir ve kabuk bağlayana kadar orta ateşte kavrulur.
- # Üzerine yarım daire şeklinde doğranmış soğan eklenir. Soğan şeffaflaşana kadar pişirilir.
- # Daha sonra iri doğranmış biber ve 5 dakika sonra ince doğranmış domates, mantar katılır. Tuz ve karabiber serpilir.
- # Kapak kapatılır. 15-20 dakika daha pişirilir.
- # Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Mantar sulanan bir sebze olduğu için bu tarifte ilave su eklenmez.