



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)  
Banu Atabay'ın Mütəvazı Lezzətlər© Azərəcə Yemək Tərifi

## Ciyər Bifteği

Ciğər Bifteği



1 kq. dana ciyəri  
4 Ədədorta boy pomidor  
2 Ədədorta boy quru soğan  
4 Ədəditi bibər  
5 Çorba qaşığı duru yağ  
1,5 Şirin qaşığı duz  
Qızartmaq Üçün;  
1 Çay stəkani duru yağ

- # Quru soğan yeməli olaraq incə incə doğranar, maye yağda yumşalana qədər qovrulur.
- # Üzərinə iri doğranmış iti bibər əlavə olunur, rəngi dəyişənə qədər bişirilər, rəndələnmiş pomidor və duz qatılır, qapaqlı olaraq 15 dəqiqə bişirilər.
- # Dana ciyəri bifşteks şəklində doğranar, çuxur bir qabda olan soyuq suyun içində 10 dəqiqə gözlədilər, süzgəcə çıxarılaraq suyu süzülər.
- # Teflon tavaya maye yağ qoyular, ciyər bifştekslərinin iki üzünü rəng alacaq qədər qızardılar.
- # Yayvan bir qazana, hazırlanan ciyər bifşteksləri düzülər, üzərinə əvvəldən hazırlanan soğanlı qarışıq yayılır.
- # Qazanın qapağı bağlanılır, əvvəl orta sonra batıq atəşdə 15 - 20 dəqiqə bişirilər.
- # İsti olaraq süfrəyə gətirilər.

**Not:** Ciyər təbii quruluşu səbəbiylə tavaya qısa müddətdə yapışar, xüsusilə teflon tava istifadə edilməsi tövsiyə edilir.