



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

---

## Círculos de hígado

Ciğer Tablaması



1 hígado de ovejas  
6 vaso de trigo agrietado  
3 cebollas, de mediano tamaño  
1 cucharada de pasta de pimiento  
1 cucharada de pasta de tomate  
1 cucharada de menta seca  
2 cucharaditas de albahaca seca dulce  
1 cucharadita de pimienta negro  
2 cucharaditas de sal  
1 cucharadita de pimienta roja triturodos  
1/3 vaso de aceite de girasol

- # Después de pelar el hígado, mezcla para obtener como carne molida.
- # Ponga el terreno de hígado en un profundo bol, añadir sin lavar en seco y agrietado trigo cebolla rallada.
- # Después del amasado estos ingredientes por un tiempo, añadir pimienta, pasta de tomate, pasta de pimiento, albahaca, menta, negro pimienta, la sal y amasar la mezcla durante unos 7-8 minutos más para que sea suave.
- # Refrigere la mezcla durante media hora. Elige piezas de nogal de tamaño de la mezcla. Roll como pelotas y luego por la fuerza en la ayuda de las palmas a aplanar. Haga agujeros pequeños en los centros.
- # Después de preparar todo lo que los círculos de hígado por este método, hervir en agua hirviendo con un poco de sal durante unos 7-8 minutos.
- # Eliminar el hígado de los círculos de agua y colocar sobre una placa plana de servicios, vierta la mezcla de rojo y aceite de pimienta rojo aplastado todo.

**Nota:** Círculos Hígado (Ciğer Tablaması en Turco) es una receta casi olvidado de Bitlis.