



Tablama de Foie

Ciğer Tablaması



1 foie de mouton
6 tasses d'eau de boulgour pour kefta
3 oignons moyens
1 cuillère à soupe de pâte de poivron rouge
1 cuillère à soupe de pâte de tomate
1 cuillère à café de menthe séchée
2 cuillères à café de basilic séché
1 cuillère à café de poivre noir
2 cuillères à café de sel
1 cuillère à café flocons de piment rouge
1 tasse de thé d'huile de tournesol

- # Nettoyez la membrane du foie, puis passez au robot pour obtenir de la viande haché.
- # Mettez la viande haché dans un bol de pétrissage, rajoutez du boulgour non lavé avec de l'oignon râpé.
- # Pétrissez les ingrédients, puis rajoutez du piment, de la pâte de tomate et de poivron rouge, du basilic, de la menthe, du poivre noir et du sel. Pétrissez encore 7-8 minutes pour obtenir un mélange plus solide.
- # Laissez reposer le mélange au réfrigérateur. Prenez des morceaux de la taille d'une noisette, faites un rond puis aplatissez et enfin faites un creux avec votre doigt.
- # Après avoir préparé comme cela, laissez bouillir dans un peu d'eau salée pendant 7-8 minutes.
- # Mettez les tablamas de foie sur une assiette, versez de l'huile mélangé avec du flocon de piment rouge.

N-B: Le tablama de foie est une recette en phase de disparition de la région de Bitlis.