

Pirított (reszelt) csirkemáj



Hozzávalók :

2 nagy vöröshagyma, 4 evőkanál olaj vagy
2 evőkanál zsír, 60 dkg csirkemáj (szív
nélkül), 1 mokkáskanál só, 1 csapott
kiskanál jóféle pirospaprika, fél
mokkaláskanál őrölt fekete bors, fél kiskanál
majoránna

1. A hagymát megtisztítjuk, félfőre (félkarikákra) vágjuk, és egy széles serpenyőben a megforrósított olajon 5-6 perc alatt üvegesre sütjük.
2. A nagyobb kockákra (egy májat kb. 3 darabra) vágott májat rászórjuk. Nagy lángon, keverve-rázogatva kb. 5 percig pirítjuk, a tűzről lehúзва 1 mokkáskanál sóval, a pirospaprikával, a borssal meg a majoránnával fűszerezzük.
3. Ha szaftosabbra akarjuk készíteni, 1 csapott kiskanál liszttel meghintjük, és félpercnyi pirítás után kb. 1,5 deci vízzel fölöntve 1-2 percig forraljuk. Sós burgonyával és savanyúságokkal kínáljuk.

4 főre

Elkészítési idő: 30 perc

Egy adag (köret nélkül): 295 kcal