

Печень в сырном соусе



0 ч 30 мин



3 порции



7 ингредиенты

ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ

Калорийность:	753 Ккал
Белки:	61.8 грамм
Жиры:	35.3 грамм
Углеводы:	48.5 грамм

Ингредиенты

Категории: [Основные блюда](#)

Ингредиент	Кол-во
Растительное масло	2 ст. л.
Лук репчатый	1 штука
Чеснок	3 зубчика
Укроп	по вкусу
Печень	500 г
Натуральный йогурт	300 г
Плавленый сырок	2 штуки

Инструкция

1. Лук нарезать мелко и обжарить в кастрюле для тушения.
2. С печени снять пленку, порезать, добавить к луку, обжарить до корочки. Печень можно взять как говяжью, так и свиную.
3. Влить воду, посолить и тушить под крышкой до готовности печени.
4. Плавленый сырок (мне нравится «Дружба») порезать кусочками и добавить к печени. Помешивать, чтобы сыр растворился.
5. Смешать йогурт, рубленый укроп и выдавленный чеснок. Добавить эту смесь в печень, тушить 10 минут, после чего снять кастрюлю с огня.