

Cea mai cremoasă mâncărică de ficăței cu ceapă



Cea mai cremoasă mâncărică de ficăței cu ceapă



Descoperă secretul unei mâncăruri simple, dar incredibil de savuroase, cu rețeta noastră de mâncărică de **ficăței cu ceapă**. Această rețetă îmbină perfect dulceața cepei caramelizate cu gustul intens al ficățeilor de pui, rezultând un fel de mâncare reconfortant și bogat în arome. Urmând pași simpli și accesibili, vei putea transforma ingrediente de zi cu zi într-o mâncare divină, perfectă pentru orice masă în familie.

- 500 g ficăței
- 2 cepe mari
- 1 căciulie usturoi
- 1 ardei gras
- 2 linguri pastă de tomate
- 1 frunză dafin
- 1 legătură pătrunjel
- 1 legătură mărar
- 800-900 ml apă
- 40 ml ulei
- 2 linguri oțet
- 1 lingură boia dulce

- 1 linguriță sare
- 1 linguriță piper

1. Punem ficăței în într-un bol cu apă rece și o linguriță de sare și îi lăsăm 15–20 de minute pentru a elimina sângele. Alternativ, pot fi înmuiați în lapte. Îi clătim bine în 3–4 ape și îi scurgem.
2. Încălzim 40 ml de ulei într-o cratiță, cât să acopere fundul. Adăugăm două cepe mari tăiate mărunt și o căciulie de usturoi zdrobită și tocată. Presărăm sare pentru a accelera gătirea și călim totul 7 minute până ceapa devine ușor caramelizată.
3. Adăugăm un ardei gras tăiat cubulețe și îl sotăm împreună cu ceapa și usturoiul încă 3 minute.
4. Punem o frunză de dafin, o linguriță de piper proaspăt râșnit și 1–2 linguri de pastă de tomate. Amestecăm și lăsăm totul pe foc încă 1 minut, până se degajează aromele și se deglazează fundul cratiței.
5. Adăugăm ficăței scurși bine și îi sotăm ușor 1–2 minute, doar cât să prindă puțină culoare.
6. Turnăm 2 linguri de oțet pentru a intensifica aroma și a menține ficatul întreg în timpul gătirii. Amestecăm ușor.
7. Completăm cu apă (sau supă de pui dacă avem), cât să acopere ficăței – aproximativ 800–900 ml. Adăugăm o lingură de boia dulce. Fierbem la foc mic timp de 30 de minute, până sosul se leagă frumos.
8. La final, opresc focul și adăugăm pătrunjelul și mărarul tocate fin. Gustăm de sare și piper și ajustăm după preferință.