

# Wątróbka pieczona z jabłkami i śliwką

## Wskazówki

- Czas przygotowania: 30 minut
- 2 porcje
- Wartość odżywcza 1 porcji: 630 kcal \ B-44 g \ T-19 g \ W-66 g \ Bł-9 g
- Wartość odżywcza 100 g dania: 86 kcal \ B-6 g \ T-3 g \ W-9 g \ Bł-1 g

## Składniki

- ✓ wątróbka drobiowa – 8 sztuk (400 g)
- ✓ masło klarowane – 1 łyżka (10 g)
- ✓ cebula – 1 sztuka (120 g)
- ✓ jabłko – 1 sztuka (180 g)
- ✓ śliwki – 6 sztuk (330 g)
- ✓ ziemniaki – 5 sztuk (425 g)

## Przygotowanie

1. Wątróbkę (koniecznie z dobrego źródła) dokładnie umyj, oczyść i pokrój na mniejsze części.
2. Na patelni rozgrzej masło i dorzuć wątróbkę. Smaż przez chwilę (do zarumienienia). Przełóż do naczynia żaroodpornego.
3. Cebulkę pokrój w półtalarki, jabłka w płatki, śliwki oraz ziemniaki na ćwiartki (powinny być niewielkie) i dorzuć do wątróbki.
4. Dodaj majeranek oraz pieprz, wymieszaj i włóż do piekarnika nagrzanego na 180C. Piecz 25 minut, posól do smaku i piecz jeszcze 5 minut.

Źródło: <https://www.odzywiasiezdrowo.pl/watrobka-pieczona-z-jablkami-i-sliwka/>