



reteta-video.ro

## Ficatei cu usturoi in vin alb

**Ficateii de pui cu usturoi in vin alb** sunt cina rapida si perfecta pentru o seara de toamna.

### **INGREDIENTE FICATEI DE PUI CU USTUROI IN VIN ALB**

500 gr. de ficatei de pui spalati  
400 ml de lapte dulce  
200 ml de vin alb sec  
5 catei mari de usturoi curatati  
50 gr. de unt  
patrunjel proaspat spalat  
sare  
piper proaspat macinat

### **MOD DE PREPARARE FICATEI CU USTUROI IN VIN ALB**

#### **PASUL 1**

Turnam laptele peste ficat, atat cat sa-l acopere si il lasam la fragezit timp de 60 de minute. Aceasta operatiune este foarte importanta atunci cand folosim ficat de porc sau de vita, pentru ca laptele are rolul de a-l face mai fraged.

#### **PASUL 2**

Tocam marunt usturoiul.

#### **PASUL 3**

Dupa o ora, scoatem ficateii din lapte si ii stergem bine cu un servet absorbant din hartie.

#### **PASUL 4**

Pregatim aragazul si o tigaie inalta sau un wok.

#### **PASUL 5**

Punem untul in tigaie si il lasam sa se topeasca.

#### **PASUL 6**

Adaugam ficateii bine stersi si ii lasam la prajit timp de 3 minute pe o parte.

#### **PASUL 7**

Apoi ii intoarcem cu grija, ca sa nu ii rupem, si pe cealalta parte si ii mai lasam inca 3 minute.

#### **PASUL 8**

Adaugam usturoiul tocat si vinul alb, acoperim tigaia cu capac si lasam totul sa fiarba timp de 15 minute.

#### **PASUL 9**

Tocam marunt patrunjelul.

#### **PASUL 10**

Dupa cele 15 minute, luam capacul de pe tigaie si condimentam cu sare si piper proaspat macinat.

#### **PASUL 11**

Adaugam patrunjelul tocat si inchidem aragazul.

#### **PASUL 12**

Servim ficateii in vin fierbinti, alaturi de piure de cartofi sau orez cu legume.

**Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru  
Ficatei cu Usturoi in Vin Alb.**

**POFTA BUNA!**