

# Frigarui din maruntaie de oaie

## Ingrediente

*inima  
ficat  
plamani  
rinichi  
200 g carne macra  
usturoi  
sare  
piper  
ulei  
1 ceapa  
legume de sezon*

## Preparare

*Se scot maruntaiele, se spala si se taie bucati potrivit de mari, se insiruie pe o frigare asortate intre ele cu felii de carne, de ceapa si de ardei gras. Fiecare felie de carne se unge cu sare, piper macinat si ulei. Frigarea se pune direct pe jar sau pe gratar si se frige la foc iute fiecare bucata de carne si maruntaie. Cand friptura este gata, se stropeste cu usturoi pisat si se serveste cu garnitura de legume.*