Субпродукты занимают важное место в кухне быстрого приготовления, они весьма питательны. Издавна известно, что печенка является действенным средством против анемии. Правда, в субпродуктах содержится большое количество холестерина (больше, чем во всех сортах мяса), однако по содержанию белка они не уступают высококачественному мясу — свинине, говядине, телятине, а по содержанию витаминов А, В, С, Д, Е значительно превосходят его.

Для того чтобы печенка была мягкой, ее нужно замочить в кефире (простокваше), можно на ночь, или смазать горчицей (посыпать сухой). Жарить печенку нужно в большом количестве жира на горячей сковороде и не передерживать, иначе она станет жесткой.

Мозги предварительно вымачивают в холодной воде и снимают пленку.