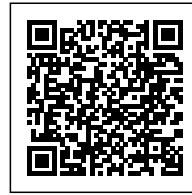




CŪKGAĻAS FILEJA SĪPOLU MĒRCĪTĒ NO HUGO





Maigā filejiņa ar maigo sīpolu mērcīti – viegli, veikli pagatavojama un jums patiks!!!

Jums būs nepieciešams: (4 porcijām)

1 svaiga cūkgaļas fileja



Liels sīpols
Nedaudz eļļas
Sāls, malti melnie un malti baltie pipari
Saldais krējuma (apmēram 100 ml)
Sojas mērce (uzmanīgi, pavisam nedaudz)

Pieeja:

Cūkgaļas fileju sagriežiet apmēram 3 cm biezās šķēlītēs (svarīgi – fileju griežam šķērsām). No viena filejas gabala sagriežu 16 šķēlītes (4 uz 1 ēdāju). Ar pirkstiem paspaidiet mazliet lielākas un centieties panākt vienādu biezumu (gaļas āmuru nevajadzēs). Pārkaisiet sāli un melnos piparus. Uzkarsējiet pannu ar eļļu. Sagatavotās šķēlītes no abām pusēm kārtīgi apcepiet pārlieciet tās uz šķīvja. Nepārcepiet, lai tas nebūtu sausas!

Sasmalcinātu sīpolu apcepiet tai pat pannā kurā cepāt fileju. Kad sīpoli ir caurspīdīgi un zeltaini, pievienojiet nedaudz sāls, baltos piparus, pilienu sojas mērces un saldo krējumu. Ļaujiet mērcītei kādu brītiņu pakarsēties, lieciet gaļu atpakaļ, apmaisiet un uzkarsējiet.

GATAVS!!

Pasniedziet ar rīsiem, kartupeļu biezeni, makaroniem, dārzeņu salātiem, ko vien vēlaties.

Lai labi garšo, draugi!
Jūsu Hugo