SAUTĒJUMS SINEPĒS NO HUGO





Liellopa gaļa, kas kūst uz mēles, gardajā sīpolu un sinepju mērcītē.
Bez miltiem, tātad vēl veselīgi!!!

Jums būs nepieciešams: (4 personām)
800 grami kvalitatīvas liellopa gaļas (no augšstilba vai kakla daļas)

1 liels sīpols
Eļļa
Sāls, malti melnie pipari, malta saldā un asā sarkanā paprika
Ciete
2 tējkarotes saldās sinepes
Marinēts gurķis

Process:
Gaļu sagrieziet biezākās šķēlēs. Viegli izklapējiet ar gaļas āmuru. Pārkaisiet sāli, piparus un saldo papriku. Apviļājiet cietē un apcepiet no abām pusēm karstā eļļā. Atlieciet, pagaidām, maliņā uz šķīvja.
Turpat, kur cepāt gaļu, apcepiet smalki sagrieztu sīpolu. Lieciet atpakaļ gaļu, pievienojiet sinepes, aso papriku, nedaudz ūdeni vai buljonu, kārtīgi samaisiet un sautējiet zem vāka uz nelielas uguns vismaz 1 stundu. Laiku pa laikam apmaisiet un pievienojiet ūdeni tikai pēc nepieciešamības. Ciete un sīpoli nodrošinās mērces pareizo tumīgumu.
Beigu posmā papildiniet garšvielas, ja nepieciešams .
GATAVS!!

Pasniedz ar rīsiem vai kartupeļu biezeni, vai griķiem, vai mazītiņiem makaroniņiem. Interesantam akcentam, pirms pasniegšanas, pārkaisīju smalkos salmiņos sagrieztu marinētu gurķīti!!

Lai labi garšo, draugi!
Jūsu Hugo