VISTAS SAUTĒJUMS AR SĒNĪTĒM NO HUGO





Vienkārša, klasiska, garda receptīte ikdienas maltītei sēņu sezonā vai ar šampiņjoniem jebkurā laikā.

Jums būs nepieciešams: (4 porcijām)
400 grami vistas krūtiņas
150 grami svaigu sēņu

1 paprika sarkanā
Nedaudz sāls, nedaudz eļļas, nedaudz sviesta
Ciete, pētersīļi

Pieeja:
Sēnes sagrieziet lielākos gabaliņos un ātri apcepiet uz pannas karstā eļļā, līdz tās kļūst skaisti zeltaini brūnas.
Atsevišķi apcepiet mazākos gabaliņos sagrieztu un cietē apviļātu vistas krūtiņu. Pievienojiet tai paprikas strēmelītes. Bagātiniet ar sāli.
Tagad vistai varat pievienot apceptās sēnes, pievienojiet sviesta šķēli, sasmalcinātus pētersīļus. Bagātākai garšai varat piešaut nedaudz sojas mērces. Ja vēlaties mērci vairāk, vienkārši pievienojiet nedaudz ūdens un kādu laiku sautējiet. Ciete jau tur ir, tā ka speciāli iebiezināt nevajadzēs.
GATAVS!!

Vienkārši variējiet ar sastāvdaļu attiecībām pēc savas gaumes un gardas pusdienas vai vakariņas garantētas. Piedevās klasiski: rīsi, kartupeļi, salāti. Ideāli - mazsālīts vai marinēts gurķītis.

Lai labi garšo, draugi!
Jūsu Hugo