



CEPTAS VISTU AKNIŅAS NO HUGO





Liekas, vienkāršākā recepte. Arī ātra, bet akniņas ilgāk gatavot nav ieteicams, tās tad var būt sausas un ne visai baudāmas.

Jums būs nepieciešams: (4 porcijas)
500 gramu vistas aknu



2 sīpoli

Nedaudz eļļas

Sāls, maltie melnie pipari, malta sarkanā paprika

Procedūra:

Rupji, gredzenos vai pusgredzenos sagrieztu sīpolu apcepjiet eļļā.

Pievienojiet notīrītas, sadalītas vistu akniņas un apcepjiet uz spēcīgas uguns ar sīpoliem.

Pievienojiet nedaudz melnos piparus un malto sarkano papriku.

Visu labi apcepjiet, ne pārāk ilgi, lai aknas nebūtu sausas. Visbeidzot pievienojiet nedaudz sāls (nekad nelieciet sāli sākumā, tas liek akniņām kļūt sīkstām). Ūdeni papildinā vajadzības gadījumā un pavisam minimāli.

GATAVS!

Pasniedziet ar svaigu maizi, rīsiem vai kartupeļu biezeni. Te arī iederas augļu salāti no āboliem un apelsīniem (recepte atrodama mājas lapā).

Lai labi garšo, draugi!

Tavs Hugo