



Vistas frikasē ar kartupelišiem un sparģeļiem

Sastāvdaļas:

1 ēdamkarote eļļas, vēlams zemesriekstu

4 kūpināta bekona šķēles, sagrieztas

6 vistas filejas

700 gramu kartupeļu, sagriezti biezās šķēlēs

250 gramu sparģeļu kāti, sagriezti šķēlēs

225 mililitri sausa augļu sidra

1 ēdamkarote kukurūzas cietes, sajaukta kopā ar nedaudz ūdens

250 mililitri sojas piena

2 ēdamkarotes sakapātu pētersīļu



Pagatavošana: pannā apcept bekonu. Kad bekonis ir apcepts un izņemts no pannas, tajā pat pannā var apcept vistas filejas, 4-5 minūtes, viegli apbrūninot katru pusi. Pannu ieteicams izvēlēties pietiekami lielu, lai vēlāk tajā varētu ietilpt arī pārējās sastāvdaļas. Tikmēr sālsūdenī vāra kartupeļus, līdz tie mīksti. Novāra sparģeļus – vārošā sālsūdenī, 3-8 minūtes, līdz tie paliek mīksti. Apcepto vistiņu pannā pārlej ar augļu sidru, karsē uz plīts, līdz sidrs sāk vārīties, tad samazina temperatūru. Pievieno iepriekš apcepto bekonu un turpina gatavot vēl 10-15 minūtes, līdz vistas filejas ir pilnībā izcepušās. Iemaisa sagatavoto kukurūzas cietes pastu. Pievieno un iemaisa sojas pienu. Iemaisa notecinātos dārzeņus – kartupeļus un sparģeļus. Pasniedz, pārberot ar sakapātiem pētersīļiem.