



Recept

Vild Cowboygryta

FÖR 4 PERSONER

400 g grytbitar av rådjur
smör eller olja till stekning
1 gul lök
4 vitlöksklyftor
1 röd chilifrukt (tex spansk peppar) eller ½ msk sambal oelek
3 dl viltbuljong
3 små paprikor (olika färger)
2 tomater
10 cm purjolök
1 burk svarta bönor(400 g)
1 burk vita bönor (400 g)
½ msk maizena
salt, peppar

TILLAGNING:

1. Skär köttet i 2 cm stora tärningar. Bryn dem i smör eller olja tills köttet fått fin färg.
2. Skala och hacka lök och vitlök. Kärna ur chilin och skär i strimlor. Låt det bryna med köttet i någon minut.
3. Tillsätt buljongen. Koka köttet tills det känns mörjt, 30-40 minuter .
4. Kärna ur paprikorna och skär i bitar. Skär tomater och purjolök i mindre bitar. Skölj bönorna i vatten och låt dem rinna av. Blanda ner alltihop i grytan.
5. Koka ytterligare några minuter. Smaka av med salt och peppar. Red med maizena utrört i lite vatten. Servera gärna med nybakat bröd.

VINFÖRSLAG:

2005 Alaja Monastrell Cabernet Sauvignon, Jumilla, Spanien (nr 23024, 64 kr)