

ÖSTERLÄNSK GRYTA

Det här behövs till 8 personer :

600 g nötkött (innanlår)

4 msk smör

Salt , vitpeppar, ½-1 köttbuljongtärning

5 dl vatten

3 tsk kinesisk eller japansk soja

2 bitar hel ingefära

2 purjolökar

400 g haricotsverts

1 röd paprika

1 salladshuvud

4 små tomater

Ris

Gör så här :

Skär köttet i fina strimlor. Bryn dem i en gryta med matfettet. Krydda.

Späd med vattnet och tillsätt sojan, buljongtärning samt ingefäran. Låt koka 15 min på svag värme.

Skär purjolök i tunna skivor. Dela ev bönorna på mitten. Lägg purjolök och bönor överst i grytan

Och koka ytterligare 15 min.

Finstrimla paprikan.

Koka riset och lägg i portionsform och stjälp upp på tallrik, med ett salladsblad under.

Placera en tomathalva på riset.

Ta bort ingefärsbitarna och lägg upp köttgryta och garnera med finstrimlad paprika.