



Receptes – gaļas ēdieni

Maltās gaļas kotletes (klasiskā recepte)



Sastāvdaļas

- 500 g cūkgaļas, liellopu gaļas
- 1 sīpols
- 1 ķiploka daiviņa
- 1 ola
- 2 šķēles baltmaizes
- 50–60 ml piena
- sāls – pēc garšas
- malti melnie pipari, krustnagliņa – pēc garšas
- 50 g rīvmaizes
- 50 ml rafinētas eļļas (cepšanai)

Gatavošanas secība

1. Sagatavo produktus kotlešu pagatavošanai. Pamatam var izvēlēties cūkgaļas vai liellopa malto gaļu.
2. Sausām baltmaizes šķēlēm nogriež garozas, šķēles ieliek bļodiņā un aplej ar pienu. Uz laiku atstāj, lai iesūktos.
3. Smalki sagriež sīpolus un ķiplokus. Pievieno tos maltajai gaļai. Klāt pievieno arī olu, maizi ar pienu, sāli un maltos piparus. Masu labi sajauc.



4. No gaļas masas pagatavo kotletes un apviļā tās rīvmaizē.
5. Kotletes cep uzkarstētā pannā uz mazas plīts temperatūras, lai kotletes varētu kārtīgi izcepties.
6. Kotletes vienmērīgi apcep no abām pusēm.



7. Pasniedz ar kartupeļiem, makaroniem, griķiem vai rīsiem.



Maltās gaļas mērce



Sastāvdaļas

- 500 g maltās gaļas
- 2 burkāni
- 2 sīpoli
- 2 ķiploka daiviņas
- 1,5–2 ēdamk. tomātu pastas
- 2 ēdamk. saulespuķu eļļas
- 0,5 tēj.k.sāls (pēc garšas)
- malti melnie pipari – 2 šķipsniņas
- kaltēts baziliks – 2 šķipsniņas

Gatavošanas secība

1. Nomazgā burkānus. Nomizo burkānus un sīpolus. Sīpolus sagriež mazos kubiņos, burkānus sarīvē uz vidējas vai mazas rīves.
2. Uzsilda pannā saulespuķu eļļu. Apcep sīpolus, līdz tie kļūst caurspīdīgi.
3. Pannā esošajiem sīpoliem pievieno burkānus. Piecas minūtes sutina, uzliekot virsū vāku.





4. Kad dārzeņi mīksti, pievieno malto gaļu (vistas, cūkgaļas vai liellopu). Uzliek vāku un periodiski maisa, pēc vajadzības saspaida ar koka lāpstiņu.
5. Kad gaļa ar dārzeņiem ir apcepusies, pievieno sāli, maltos piparus un tomātu pastu. Maisa un cep dažas minūtes.
6. Pievieno nelielu ūdens, kaltētu baziliku (var arī citas garšvielas) un sasmalcinātu ķiploku. 2–3 minūtes vāra un tad ņem pannu nost no plīts.





Vistas filejas karbonāde



Sastāvdaļas

- 4 nelieli vistas filejas gabali
- 1 ola
- sāls, pipari
- 100 g rīvēta siera
- 4 ēdamkarotes rīvmaizes
- eļļa cepšanai

Gatavošanas secība

1. Olu sajauc ar sāli, pipariem. Sieru sajauc ar rīvmaizi.
2. Filejas nedaudz saplacina, vispirms apmērcē olā, tad – siera un rīvmaizes maisījumā, sakarsētā eļļā nelielā karstumā apgriezot izcep.



Liellopu gaļas gulašs



Sastāvdaļas

- 150 g liellopu gaļas (ciska, pleca mīkstums)
- 10 g tauku
- ūdens vai buljons
- 25 g sīpolu
- 15 g tomātu pastas
- 4 g miltu
- 25 g skābā krējuma
- sāls, pipari

Gatavošanas secība

1. Gaļu sagriež gabaliņos, liek sakarsētos taukos un apcep brūnus.
2. Tad pārliek katliņā, pārlej ar ūdeni vai buljonu, pievieno sasmalcinātus sīpolus, tomātu pastu, sāli un sautē.
3. Kad gaļa pusmīksta, pievieno piparus, lauru lapas, izkarsētus miltus un sautē, līdz gaļa gatava.
4. Tad pievieno skābo krējumu.
5. Gulašu lej dziļākā traukā un pasniedz ar vārītiem kartupeļiem vai makaroniem, sautētiem dārzeņiem vai svaigu dārzeņu salātiem.