



Hedelmäinen kasviskastike

Aineet: n. 2 dl soijakuutioita
2 rkl soijakastiketta
2 1/2 dl vettä
1/2-1 parsakaalia (125-250 g)
1 sipuli
1 pieni porkkana
1 tlk ananaspaloja (225 g)
n. 2 rkl viinietikkaa
1 tl paprikajauhetta
valkosipulia
n. 2 tl perunajauhoa tms.
(riipaus cayennea, suolaa)

Valmistus: Laita 2 kukkurallista dl soijakuutioita likoamaan n. 20-30 minuutiksi soijakastikkeella maustettuun veteen. Pilko kasvikset ja kuullota niitä hetki pienessä öljytilkassa, lisää soijakuutiot nesteineen. Lisää tarvittaessa vielä pikku tilkka vettä. Anna hautua melkein kypsiksi, eli n. 15-20 minuuttia, lisää sitten ananaspalat omassa liemessään sekä mausteet. Sekoita perunajauhot (tai muu käyttämäsi suuruste) pieneen vesitilkkaan, sekoita kastikkeeseen ja anna kiehahtaa hetki. Tarkista vielä maku ja lisää mausteita tarvittaessa. Tarjoile kastike riisiin tai perunoiden kanssa.