

SÖTSUR KINAGRYTA

8 port

600 g fläskkött, filé eller bog
4 msk vetemjöl
3 msk olja eller margarin
3 - 4 gula lökar
4 - 6 morötter
3 - 4 paprikor
4 - 6 ananasringar
3 msk olja eller margarin
3 dl ananasspad
½ - 1 dl socker
1 dl kinesisk soja
1 dl vinäger
1 dl tomatpuré
salt
(tabasco, kajenn- eller chilipeppar)

Skär fläskfilén i skivor eller bogfläsket i strimlor.

Vänd köttbitarna i mjöl och bryn dem i olja eller margarin.

Skala och hacka lökarna. Ansa morötterna och skär dem i bitar. Kärna ur och strimla paprikorna.

Fräs alla grönsakerna tillsammans med ananasringarna skurna i bitar, 5 - 10 min. Rör om då och då. Den längre tiden för dem som vill ha mjukare konsistens på det gröna.

Blanda köttet och grönsakerna i en gryta. Fräs ur stekpannan med ananasspad och tillsätt socker, soja, vinäger och tomatpuré. Rör om så att såsen blandar sig och håll den sedan över köttet och grönsakerna i grytan.

Låt grytan koka upp och sjuda 5 - 10 minuter. Smaka av med salt och för extra sting gärna också med några droppar tabasco eller aningen kajenn- eller chilipeppar.