

Punajuuret hapanimelässä kastikkeessa

Valmistelut: 10 minuuttia
Kypsyminen: 40 minuuttia
4 annosta

700 g	pestyjä, raakoja punajuuria
$\frac{1}{2}$ dl	omenaviinietikkaa
2 tl	sokeria
2 tl	maissijauhoja
hyppysellinen	jauhettua mausteneilikkaa
vastajauhettua	mustapippuria
(hieman	suolaa)

1. Kuumenna suolaton vesi kiehumispisteeseen. Pese punajuuret todella hyvin ja keitä ne kypsiksi kannen alla kohtalaisella lämmöllä (**30 - 35 minuuttia**). Valuta punajuuret, mutta ota keitinveittä talteen **noin 2 $\frac{1}{2}$ dl**. Huuhto punajuuret kylmässä vedessä heti keittämisen jälkeen, jolloin kuori irtoaa hyvin liukkaasti. Kuori ja viipaloi punajuuret hieman jäähtyneinä.
2. Kaada talteen ottamasi punajuurien keitinvesi kattilaan ja lorauta joukkoon omenaviinietikka. Sekoita maissijauhot sokeriin kulhossa. Lisää maissijauho-sokeriseos, mausteneilikka ja mustapippuri punajuuri-etikkaliemeen. Kypsennä aineksia samalla sekoittaen **2- 3 minuuttia**, kunnes kastike on hieman saostunut ja kirkastunut. Mausta tarvittaessa suolalla.
3. Kaada punajuuret kastikkeeseen ja kuumenna niitä **noin 3 minuuttia**.

Yhdessä annoksessa:

kaloreita	72
-----------	----

rasvaa yhdessä	0 g
----------------	-----

tydyttyneitä rasvahappoja	0 g
---------------------------	-----

kolesterolia	0 mg
--------------	------

proteiineja	2 g
-------------	-----

hiilihydraatteja	11 mg
------------------	-------

natriumia	150 mg
-----------	--------

kuituja	4 g
---------	-----

sokeria	8 kcal
---------	--------