

Saksalainen hapanpaisti

Marinointi- ja paahdoliemestä sekä piparkakuista syntyy jännittävä hapanimelä paistinkastike.

Valmistelut: 15 minuuttia + 3 päivän marinointi

Kypsyminen: 2 tuntia 15 minuuttia

4 hengelle

1 dl	kuivaa valkoviiniä
1 $\frac{1}{4}$ dl	valkoviinietikkaa
1	iso sipuli silputtuna
1	porkkana ohueksi viipaloituna
2 rkl	mausteita (kuminaa, korianteria, fenkolin siemeniä ja kokonaisia mustapippureita) harsokangaspussiin suljettuina
1 tl	raastettua sitruunankuorta
$\frac{1}{2}$ tl	suolaa
700 g	naudanpaistia
3 rkl	murusteltuja piparkakkuja
<p>1. Valmista marinadi. Mittaa 3 dl vettä, valkoviini ja valkoviinietikka pataan. Lisää sipuli, porkkana, maustepussi, sitruunankuoriraaste ja suola. Kuumenna ainekset kiehuviksi, alenna sitten lämpötilaa. Anna aineiden porista hiljalleen ilman kantta noin 5 minuuttia. Upota paistinpala jäähtyneeseen marinointiliemeen. Kääntele lihaa, jotta se peittyy kauttaaltaan. Anna maustua jääkaapissa 3 päivää. Käännä lihaa</p>	

maustumisen aikana.

2. Kuumenna uunigrilli. Valuta liha ja taputtele kuivaksi talouspaperilla. Grillaa lihaa kymmenkunta minuuttia noin 10 sentin päässä grillivastuksesta. Kääntelee lihaa, jotta se ruskistuu tasaisesti. Kuumenna uuni +180°-asteiseksi.
3. Kuumenna marinointiliemi padassa keski lämmössä. Lisää grillattu liha. Peitä kannella ja siirrä pata uuniin. Kypsennä lihaa 2 - 2 ½ tuntia, kunnes se on mureaa. Leikkaa paisti noin ½ sentin paksuisiksi viipaleiksi ja lada viipaleet lämmitetyille tarjoiluvadille. Pidä liha lämpimänä.
4. Poista maustepussi. Soseuta liemi ja murustellut piparkakut esimerkiksi monitoimikoneessa. Kaada kastike lihaviipaleiden päälle.

Yhdessä annoksessa:

Kaloreita	258
Rasvaa yhteensä	9 g
Tyydyttyneitä rasvahappoja	4 g
Kolesterolia	119 mg
Proteiineja	37 g
Hiilihydraatteja	7 g
Natriumia	184 mg
Kuituja	1 g
Sokeria lisätty	0 kcal

