



Antienos file su pastarnokų tyre, keptomis daržovėmis ir raudono vyno padažu



Gaminimas

Pastarnokus nulupame, supjaustome gabalais ir kartu su česnako skiltele išverdame vandenyje su pienu, kol jie tampa minkšti, nukošiame (šiek tiek vandens pasikiekame). Pašildome grietinėlę su sviestu ir užpilame ant pastarnokų, dedame žiupsnį muskato, gerą žiupsnį druskos, baltų pipirų. Gerai sublanderiuojame kol tampa kreminė, jei norisi ir reikia skysčiau - pilame nuoviro, bet šįkart man neprireikė.

Bulvytes išverdame pasūdytame vandenyje, apie 20min tai truko. Smidrus laužiamo ir ten kur nusilaužia - apačią išmetame, viršų paliekame. Šalotus supjaustome kaip tik norim (didesniais gabaliukais), pvz per pusę. Viską apkepame svieste ar/ir anties taukuose, barstome druska ir pipirais. Į smidrus spaudžiame šlakelį citrinos sulčių. Juos kepame vos kelias minutes, o bulves ir šalotą, kol apskrus.

Padažui svieste ant vidutinės/didesnės ugnies apkepame didesniais gabaliukais smulkintą svogūną ir česnaką, bei rozmariną su čiobreliu. Supilame vyną ir leidžiame pusei jo nugaruoti. Pilame sultinį, balzamiką ir medų. Ir ant žemos ugnies verdame apie 30min, kol jis sutirštėja, kartais pamaišydami. Gardiname druska ir pipirais. Jei padažas dar skystas, paliekame dar truputį.

Antiena turi būti kambario temperatūros, tad prieš kepimą išimkite 30-60min. Odelę įpjauname rombais. Ant vidutinės ugnies keptuvėje be aliejaus dedame oda žemyn. Kepame 4.5-5 minutes, galime prispausti - riebalai lėtai išsilydys, o oda taps traški. Apverčiame ir kepame dar 1 minutę. Tuomet perkeliame į iki 180°C įkaitintą orkaitę su vėjelio funkcija 3 minutėms. Išėmus dar 30 sek. galime apskrudinti odelę keptuvėje. Paliekame pailsėti ant lentelės 3-4minutes ir valgome! Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

	Antienos file su prieskoniais
keletos	baby bulvyčių
mažų	smidrų
šlakelio	citrinos sulčių
	šalotinio svogūno
	Pastarnokų tyre
400 g	pastarnokų
1 skiltelė	česnako
virimui	pieno ir vandens
50 ml	grietinėlės
gabaliukas	sviesto
žiupsnelio	druskos, baltųjų pipirų, muskato
	Raudono vyno padažas
1	svogūnas
4 skiltelės	česnako
30 g	sviesto
	šviežio rozmarino ir/ar čiobrelio šakelės
200 ml	raudono sauso vyno

100 ml	vištienos sultinio
2 v.š.	balzamiko
2 v.š.	medaus
	druskos, pipirų

Atsiųsta iš: www.balticlarus.lt/lt/kitchen-me/receptai/antiena/antienos-file-su-pastarnoku-tyre-keptomis-darzovemis-ir-raudono-vyno-padazu.htm?tpl=pdf