



Kepta marinuota antienos file



Gaminimas

Kepimo skardą išklajame kepimo popieriumi ir sudedame antienos filė. Kepame 200C orkaitėje apie 15 min iš vienos pusės ir 10 min iš kitos.
Keptuvėje su aliejumi pakepiname smulkintus porus, česnakus. Kai porai suminkštės, dedame smulkintus kubeliais obuolius, dedame spanguoles ir dar pakepiname kelias minutes.
Daržoves dedame į kepimo indą, ant viršaus dedame antieną, čiobrelius ir užpilame sultiniu. Uždengiame ir troškiname orkaitėje dar 40 min. 170 C.
Tiekite su norimu garnyru.

Už receptą dėkojame Samčio užrašams.
Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

2x170 g	Kitchen me marinutos antienos file
1 šaukštas	alyvuogių aliejaus
2	porai
4 skiltelės	česnako
1	obuolys
4-5 šakelės	čiobrelio
1/2 stiklinės	sultinio
1/2 stiklinės	spanguolių