AvoBurger su jautiena



Gaminimas

Sausai brandintos jautienos paplotėlius palaikykite kambario temperatūroje bent 30 minučių, apibarstykite druska ir pipirais bei kepkite po 1,5 - 2 minutes iš abiejų pusių. Nevartykite daugiau nei vieną kartą! Iškepę palikite mėsą "pailsėti" 2 minutes ant svietinio popieriaus ir sluoksniuokite mėsainį: avokadas, salota, mėsa, padažas *(natūralus jogurtas sumaišytas su citrinos sultimis)*, ridikėlių daigai, avokadas, chia sėklos pabarstymui.

Už receptą ir nuotraukas dėkojame: *Monika OLIV*

Atgal į receptų sąrašą

INGREDIENTAI

2x150 g	Kitchen me sausai brandintos jautienos mėsainis burgeriams
4 vnt.	avokadas
mėgiamų	salotų
pagal poreikį	ridikėlių daigų
4 v.š.	natūralaus jogurto
šlakelio	citrinos sulčių
pagal poreikį	Chia sėklų
pagal skonį	Druskos ir pipirų

Atsiųsta iš: www.balticlarus.lt/lt/kitchen-me/receptai/jautiena/avoburger-su-jautiena.htm?tpl=pdf