FLANK STEAK GREITA IDĖJA PIETUMS



Gaminimas

Bulves pradžioj apviriau, o paskui į Zyle ketaus keptuvę įpyliau aliejaus ir kepiau ☺️ prieš baigiant kept bulves įdėjau Flank steak kepti po pora min iš abiejų pusių ☺️ temperatūra apie 200C 👍 iškepus mėsą palikau 5 min ramiai pabūt-pailsėt, o paskui supjausčiau skersai raumens ☺️☺️

Už receptą dėkojame Mindaugas Žyma.
Atgal į receptų sąrašą

INGREDIENTAI

2x220 g	Kitchen me Flank steak
keletos	bulvių
Žiupsnelio	druskos, pipirų

Atsiųsta iš: www.balticlarus.lt/lt/kitchen-me/receptai/jautiena/flank-steak-greita-ideja-pietums.htm?tpl=pdf