Jautienos kepsnys su gurmaniškai troškintais kopūstais



Gaminimas

1. Nusausinkite KITCHEN ME sausai brandintos jautienos mentės didkepsnį „Black Angus“, ištepkite šaukštu alyvuogių aliejaus ir apibarstykite iš abiejų pusių KOTANYI druska bei šviežiai grūstais pipirais.
2. Įkaitinkite ZYLE grilį iki 200 °C temp.
3. Mėlynąjį kopūstą ir svogūną supjaustykite plonais šiaudeliais, šiek tiek patraiškykite rankomis.
4. Prikaistuvyje įkaitinkite aliejų ir sudėkite smulkintas daržoves. Kepinkite apie 4–5 min.
5. Suberkite DANSUKKER cukrų „Muscovado“, supilkite raudonojo vyno actą ir įdėkite KOTANYI cinamono lazdelę.
6. Į kopūstus įtrupinkite NATUR COMPAGNIE jautienos sultinio kubelį ir supilkite vandenį. Gerai išmaišykite ir troškinkite apie 30 min.
7. Į įkaitintą grilį dėkite jautienos kepsnį ir kepkite iš abiejų pusių po 1–2 min. iki mėgstamo iškepimo lygio. Iškepusią mėsą pailsinkite 5–6 min.
8. Kopūstus pagardinkite smulkinta aitriąja paprika, gerai išmaišykite.
9. Į lėkštę dėkite troškintus kopūstus ir griežinėliais pjaustytą jautienos kepsnį.

Už nuotraukas ir gardžią idėją dėkojame Alfui Ivanauskui VMG komandai

Atgal į receptų sąrašą

INGREDIENTAI

1	KITCHEN ME sausai brandintos jautienos mentės didkepsnio Black Angus
3 šaukštų	alyvuogių aliejaus
½	mėlynojo kopūsto
1	mėlynojo svogūno
2 šaukštų	DANSUKKER cukraus Muscovado
2 šaukštų	raudonojo vyno acto
1	KOTANYI cinamono lazdelės
1	NATUR COMPAGNIE jautienos sultinio kubelio
1 stiklinės	vandens
1	aitriosios paprikos
1 žiupsnelio	KOTANYI druskos
Žiupsnelio	KOTANYI juodųjų pipirų

Atsiųsta iš: www.balticlarus.lt/lt/kitchen-me/receptai/jautiena/jautienos-kepsnys-su-gurmaniskai-troskintais-kopustais.htm?tpl=pdf