

Antienos filė su batatų koše ir apelsinų padažu



Gaminimas

Antienos filė su prieskoniais ruošiamas pagal instrukciją ant pakuotės, t.y. kepame apie 55 minutes 200 laipsnių įkaitintoje orkaitėje neišėmę iš plastikinės pakuotės. Nulupame ir susipjaustome batatus mažesniais gabaliukais, verdame sūdytame vandenyje apie 20 minučių arba kol suminkštėja. Išvirus nupilame vandenį ir elektriniu smulkintuvu sumalame į košę. Skaniname druska ir maltais pipirais. Apelsinų padažui keptuvėje ištirpiname sviestą, pakepiname jame cukrų iki parudavimo, išspaudžiame apelsino sultis, įberiamė krakmolą, įtarkuojame apelsino žievelę. Serviruojame batatų košę su antienos filė ir apelsinų padažu bei juodųjų pomidorų ar kitų mėgstamų daržovių garnyru. Už receptą dėkojame Monika Oliv.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

600 g	„Kitchen me“ antienos filė su prieskoniais;
4 didelių	batatų
1	apelsino
50 g	sviesto
2 v.š.	cukraus
0,5 v.š.	kukurūzų krakmolo
didelio žoipsnelio	apelsino žievelės
2	juodųjų pomidorų garnyru
pagal skonį	Druskos ir pipirų