

Karštos antienos salotos su karamelizuotomis kriaušėmis



Gaminimas

Antieną rinkausi @Kitchenme1, kuri jau pamarinuota ir paruošta gaminti!

Labai svarbu neperkepti antienos, kad ji liktų sultinga. Prieš kepant subadžiau odą su peiliu, dėjąu kepti į sausą įkaitintą keptuvę odele žemyn. Kepiau 7 min, tada apverčiau ir kečiau dar 5 min. Taip mėsa iškepa, tačiau neperkepa ir lieka sultinga .

Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

350 g	"Kitchen me" antienos file "tradiciniai" pjausniai
2	kriaušės
šaukštas	rudojo cukraus
pagal poreikį	cukinija
mėgstamos	salotos aš rinkausi: (špinatai, gražgarstės, iceberg salota)
	Padažas:
	Citrina
	medus
	alyvuogių aliejus