

Pietūs kitaip



Gaminimas

1. Įkaitinkite keptuvę su alyvuogių aliejumi.
 2. Antienos kepsnelius dėkite odele žemyn ir kepkite po 3 min. (nevartykite, leiskite mėsai apkepti - taip išsaugosite sultingumą) kiekvieną pusę. Po to dar pakepkite iki mėgiamo lygio.
 3. Iškepus mėsai leiskite jai pailsėti apie 3-5 min.
 4. Patiekite su mėgiamomis salotomis ir šiltu batonu su žalumynais ir česnaku.
- Skanaus!
Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

350 g	Kitchen me Antienos filė Žolelių didkepsnio
mėgiamų	salotų
1 vnt	batono su žalumynais
pagal poreikį	alyvuogių aliejaus kepimui