

Gaiviosios salotos su kepta jautiena



Gaminimas

1. Jautienos didkepsnį lengvai pabarstyti pipirais.
2. Keptuvę įkaitinti iki didžiausios kaitros ir dėti 3-4 minutėms mėsą, tada apversti (turėtų būti gerai apskrudusi, net su juodais dryžiais), pabarstyti druska ir kepti dar tiek pat laiko.
3. Kepsnį išimk iš keptuvės ir kelioms minutėms palikti ramiai lėkštėje.
4. Į lėkštę dėti susmulkintas salotas, pomidorą, avokadą, suberti alyvuoges ir susmulkinus greipfruto gabalėlius, ant viršaus uždėti riekelėmis pjaustytą didkepsnį ir pagardinti sojų padažu, druska ir pipirais.



Dėkojame [Lieknos bitės](#) už receptą!
Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

220 g (1 vnt.)	KITCHEN me šviežias sausai brandintos jautienos mentės didkepsnis
1 vnt.	pomidoro
1/2 vnt.	avokado
Keletos saujų	salotų
10 vnt.	žaliųjų alyvuogių
100 g	didžiojo greipfruto „Pamelo“
Pagal skonį	kelių šlakelių sojų padažo
Pagal skonį	druskos
Pagal skonį	pipirų