

Neatsivalgomos salotos su jautiena



Gaminimas

1. Į dubenį dėkite salotas.
2. Per stambią tarką sutarkuokite morkas ir sudėkite ant salotų. Sudėkite pupeles.
3. Pomidorą supjaustykite kąsnio dydžio gabaliukais. Paskaninkite pipirais ir sudėkite ant salotų.
4. Svogūną supjaustykite pusžiedžiais ir taip pat sudėkite ant salotų. Išskobkite avokadus.
5. Salotas pašlakstykite actu, aliejumi ir paskaninkite druska bei pipirais. Labai gerai išmaišykite dubenyje.
6. Į labai gerai įkaitintą keptuvę įpilkite šlakelį alyvuogių aliejaus ir dėkite KITCHEN me sausai brandintą jautienos didkepsnį RIB EYE. Iš abiejų pusių kepkite po 2 min. Iškepusį „steiką“ dėkite į šiltą lėkštę, vieną pusę pasūdykite ir apibarstykite pipirais. „Steikui“ leiskite kelias minutes „pailsėti“.
7. „Steiką“ supjaustykite juostelėmis ir sudėkite ant salotų. Patiekite su adžika.

PATARIMAI:

- Prieš kepdami „steiką“ palaikykite mėsą kambario temperatūroje.
- Salotas prieš patiekdami palaikykite vandenyje, kad būtų traškesnės.
- Salotose galite naudoti ir papriką ar saliero stiebą.
- Žaliosios adžikos receptą rasite VMGonline.lt

portale: <https://www.vmgonline.lt/post/gardi-ad%C5%BEika-su-%C5%BEaliosiomis-paprikomis-ir-%C4%8D-esnaku-ne-tik-%C5%BEiemai>

Už receptą ir nuotrauką dėkojame VMG komandai!
Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

220 g	KITCHEN ME sausai brandintos jautienos didkepsnio RIB EYE
2 saujų	gražgarsčių ar kitų mėgstamų salotų lapų
3 vidutinio dydžio	morkų
150-200 g	konservuotų raudonųjų pupelių
1 didelio	pomidoro
žiupsnelis	SANTA MARIA juodųjų Tellicherry pipirų
1	raudonojo svogūno
2	avokadų
3 šaukštų	obuolių acto
3 šaukštų	alyvuogių aliejaus
žiupsnelio	SANTA MARIA druskos
Kelių šaukštų	žaliosios namų gamybos adžikos (patiekti)