

RIBEYE STEIKAS SU KAMELIZUOTOM MORKYTĖM IR PATRAŽOLIŲ SALSA VERDE



Gaminimas

1. Įkaitinkite keptuvę, sudėkite morkas ir pakepkite apie 5-10min. Iki kol paminkštės.
2. Sudėkite medų, šviežius čiobrelius ir druskos žiupsnį. Pakepinkite keletą minučių, kol pasikaramelizuos.
3. Įkaitinkite ant aukštos ugnies keptuvę, kad pradėtų garuoti (jeigu prieš tai kepėte morkas, tai apvalykite keptuvę, nes susvils medus). Dėkite steiką ir nejudinkite 2min. Pabarstykite druska ir pipirais. Tada apverskite ir kepkite dar 2min. taip pat pabarstykite druska ir pipirais.
4. Sudėkite visus padažo ingredientus į blenderį ir sublendinkite iki norimos konsistencijos.

Už receptą dėkojame Neatrasti skoniai.
Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

2x220 g	KITCHEN ME sausai brandintos jautienos didkepsnio RIB EYE
keletos	Jaunos morkytės
2 v.š.	medaus
šviežias	čiobrelis
	Padažas:
2 puodeliai	sultenių lapų
1 puodelis	petražolių
3 šaukšteliai	kaparėlių
1 šalotinis	svogūnas
1 a.š.	Dijono garstyčių
1 skiltelės	česnako
1 a.š.	citrinos žievelės
pusės	citrinos sulčių
100 ml	alyvuogių aliejaus