

Salotos su jautienos didkepsniu



Gaminimas

1. Steiką išimkite iš pakuotės ir nusausinkite. Keptuvę gerai įkaitinkite, tada pilkite aliejaus, palaukite, kol gerai įkais. Dėkite steiką ir kepkite ant didelės kaitros 4 min iš kiekvienos pusės, kepsnio nevirtant. Iškeptą steiką dėkite į foliją, susukite ir palikite dar 5-7 min "pailsėti".
2. Salotų lapus dėkite į lėkštes. Svogūną supjaustykite griežinėliais. Stambiai supjaustykite ridikėlius, saulėje džiovintus pomidorus ir išdėliokite juos ant salotų, užberkite kaparėlių.
3. Jautienos steiką supjaustykite juostelėmis ir dėkite ant salotų. Viską apšlakstykite citrinos sultimis, pasūdykite ir pabarstykite pipirais. Padažui sumaišykite natūralų jogurtą su balzaminio acto kremu, pasūdykite, viską išmaišykite ir pabarstykite pipirais. Tiekite atskirame indelyje. Skanaus!



Atgal į receptų sąrašą

Dėkojame [Jelenos maisto blogas](#) už receptą!

INGREDIENTAI

400 g.	KITCHEN me sausai brandintos jautienos didkepsnis T-BONE
2 saujos	Salotų miškas
5-6 vnt.	Ridikėliai
5-6 vnt.	Saulėje džiovinti pomidorai
1 vnt.	Mėlynas svogūnas (mažas)
Saujelė	Kaparėliai
1/2 vnt.	Citrina
Pagal skonį	Druska ir pipirai