

## SMETONIŠKAS BEFSTROGENAS



### Gaminimas

1. Sausai brandintą jautieną supjaustykite juostelėmis.
2. Supjaustytus mėsos gabalėliu pabarstykite druska, pipirais ir apkepkite gerai įkaitintuose riebaluose, kol iš visų pusių gabaliukai gražiai apskrus.
3. Mėsai apkepus, sudėkite pusšiedžiais supjaustytą svogūną, pabarstykite miltais ir dar pora minučių paspiginkite ir, užpylus grietine bei pomidorų padažu, pakaitinti, kad užvirtų.
4. Patiekite su bulvių koše ar kita mėgstama piure.

Už receptą ir nuotrauką dėkojame Baubažiuko virtuvelei.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



### INGREDIENTAI

220 g	Kitchenme brandintos Black Angus mentės didkepsnio
1	svogūnas
	aliejus
0,5	stiklinė grietinės
1 v.š.	pomidorų padažo
0,5	malti pipirai, druska
0,5 v.š	miltų