

Antienos file -puikus pasirinkimas šventiniui stalui



Gaminimas

Pirmiausia pasigaminame padažą:

Į keptuvę pilame alieju, dedame šalotus ir kepame kol svogūnai suminkštėja ir pradeda rūduoti, tuomet dedame smulkintą česnaką, rozmariną, pilame balzaminį actą ir kepinam 3 minutes nuolat maišant, tada pilame vyną ir kaitinam kol lieka 1/3 vyno, tada pilame sultinį, mažinam kaitrą ir paliekam lėtai virti kol lieka 1/2 padažo. Perkošiamo į prikaistuvą, dedame sviesto gabalėlį ir gerai išmaišome.

Dabar galime pereiti prie mėsytės:

Antienos krutinėlės odą negiliai įpjauostome, į gerai įkaitintą keptuvę dedame antieną, odele žemyn, kad išbėgtų riebalai ir kepame apie 7 minutes, tada apverčiame ir kepame dar 4 minutes. Dedame į kepimo indą, apibarstome druska, pipirais, čiobreliu, apšlakstome balzaminio actu ir viską gerai įmasažuojame į mėsą. Dedame į orkaitę įkaitintą iki 170 laipsnių ir keпам 10-15 min. Išėmus iš orkaitės mėsą apdengiame folija ir leidžiame pailsėti apie 10 min. Ir jau tuomet pjaustome ir skanaujame.

Patiekiu su bulvių apkepu ir šviežių daržovių salotomis.

Labai rekomenduoju, mėsytė labai minkšta ir sultinga, tiesiog tirpsta burnoje, o padažas šilkinis. Tobulas derinys. Skanaus !

Už receptą dėkojame Gaminu sau

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

	Padažui:
400 ml	raudono vyno
400 ml	jautienos sultinio
200 g	salotų
skiltelė	česnako
šakelė	šviežio rozmarino
5 v.š.	balzamino acto
5 v.š.	Alyvuogių aliejaus
nedidelis	gabalėlis sviesto
	Mėsai paruošti reikės:
500 g	Lapino puotos antienos file
2 šakelės	šviežio čiobrelio
4 v.š.	balto balzamino acto
žiupsnelio	druskos ir pipirų