

Antienos filė su slyvų padažu



Gaminimas

- Įkaitiname orkaitę iki 200 laipsnių.
- Paruošiame antieną. Antienos odą įpjauniname įstrižai į vieną pusę ir tuomet į kitą „grotelėmis“. Pabarstome druska ir pipirais abi filė puses. Dedame oda žemyn į saują, dar šaltą keptuvę. Kepame ant vidutinės ugnies apie 10 minučių, iki kol pasišalins dalis po oda esančių riebalų. Apverčiame ir kepame dar 2-3 minutes iki kol ant mėsos užsidės plutelė. Tada dedame į kepimo indą ir kepame dar 6-10 minučių, priklausomai nuo to, ar norisi pilnai ar vidutiniškai iškeptos mėsos.
- Kol kepa mėsa, paruošiame padažą. Slyvas padaliname į keturias dalis, išimame kauliukus ir sudedame į puodą. Dedame cukraus, prieskonius ir pilame porą šaukštų vandens. Užverdame ant nedidelės ugnies. Kai slyvos suminkštėja, patriname jas šakute. Jei norisi skystesnio padažo, įpilame dar vandens. Kai slyvos sutęžta ir susitrina į košę, nukeliame nuo ugnies. Pertriname padažą per sietelį, kad neliktų odelių.
- Iš orkaitės ištrauktą antieną dedame į lėkštę ir leidžiame porą minučių „pailsėti“.
- Tiekiamo filė aplietą padažu su orkaitėje keptomis daržovėmis, bulvių koše ar kitu mėgstamu garnyru.

Už receptą dėkojame Minimali virtuvė.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

500 g	Lapino puotos šviežios antienos filė su oda
žiupsnelis	Druskos ir pipirų
6	didelių slyvų
Kelių v.š.	vandens
pagal skonį	Cukraus
žiupsnelis	malto cinamono, kardamono ir paprikos