

Rudeninis antienos troskinys su raugintais kopūstais



Gaminimas

Antieną supjaustome vieno kęsnio gabaliukais, pagardiname druska ir pipirais ir pakepiname su šlakeliu aliejaus. Atidedame į šoną.
Į tą pačią keptuvę kur kepė antiena sudedame smulkintus svogūnus, česnakus ir morkas. Pakepiname kol daržovės suminkštės. Sudedame raugintus kopūstus, pilame alų ir patroskiname kelias minutes. Sudedame antieną, išmaišome gerai ir viską sudedame į kepimui skirtą indą. Uždengiame folija ir dedame į 200 C orkaitę 70 min.
Kaip ir minėjau labai skanu su virtomis bulvėmis.

Už receptą dėkojame Samčio užrašai.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

500 g	Lapino puotos antienos file
1 didelis	svogūnas
5 skiltelės	česnako
šlakelio	aliejaus
3	morkos
700 g	raugintų kopūstų
pagal skonį	druskos ir pipirų
1/2 stiklinės	alaus (galit keisti vandeniu, bet alus duoda šioki tokį poskonį)