

Pardifileesteik kuuma garniiriga



Ettevalmistamine

1. Võtke pardifileesteik pakendist välja ja pange nahaga pool allapoole ettekuumutatud pannile. Küpsetage umbes 3 minutit, kuni nahk omandab kuldkollase värvi, seejärel keerake ümber ja küpsetage teiselt poolt samuti 3 minutit või kuni soovitud küpsuseni.
2. Lõigake hiina lehtnaeris („Bok choy“) pooleks ja küpsetage pannil väheses õlis umbes 1-2 minutit, maitsestage soola ja pipraga,
3. Hakkige sibul ja peekon peeneks ja praadige pannil koos kapsaga. Lisage peenestatud küüslauk ja praadige veel umbes 1 minut.
4. Lisage röösk koor, keema tõusmise lisage hakitud ürdid.

Retsept on loodud koostöös VMG meeskonna ja Alfas Ivanauskasega.

Tagasi retsept nimekirja

KOOSTISAINED

300 g	KITCHEN me Pardifileesteik maitseainetega
50 g	herneid
50 g	hernekaunu
1	hiina lehtnaeris
50 g	peekonit
20 g	tilli, peterselli
1	sibul
1	küüslauguküün
200 ml	rööska koort
	õli
	soola
	pipar