

## Salat veiselihalõiguga



### Ettevalmistamine

1. Võtke veiselihalõigud pakendist välja ja kuivatage. Ajage pann kuumaks, valage sellele õli ja oodake kuni hästi kuumeneb. Pange lihalõik pannile ja küpsetage suurel kuumusel, ümber keeramata kummaltki poolt 4 minutit. Küpsetatud lihalõik keerake fooliumisse ja laske 5-7 minutit "puhata".
2. Pange salatilehed taldrikule. Sibul lõigake viiludeks. Jämedalt tükeldatud redised ja päikesekuivatatud tomatid jaotage salatilehtedele, riputage peale kappar.
3. Veiselihalõik lõigake ribadeks ja pange salatile. Pritsige kõik üle sidrunimahlaga, maitsestage soola ja pipraga. Kastmeks segage naturaalne jogurt balsamäädika kreemiga, maitsestage soolaga, segage läbi ja riputage peale pipart. Serveerige eraldi nõus. Head isu!

Täname retsepti eest Jelena toidublogi!

Tagasi retsept nimekirja



### KOOSTISAINED

400 g	g KITCHEN me kuiv-laagerdatud veiselihalõiku T-BONE
Peotäis	segasalatit
5-6	Redist
5-6	Päikesekuivatatud tomatit
1	Sinine sibul (väike)
Peotäis	kapparit
1/2	Sidrunit
Vastavalt maitsele	soola ja pipart