

## Puikiai pavykęs KITCHEN ME receptas SU ANTIENOS FILE DIDKEPSNIU



### Gaminimas

1. Išimkite antienos filė didkepsnį iš pakuotės ir padėkite odele žemyn, gerai įkaitintoje keptuvėje. Kepkite apie 3 minutes, kol oda taps aukso spalvos, tada apverskite ir kepkite kitą pusę, taip pat 3 minutes, arba iki norimi kepimo lygio.
2. Perpjaukite pusiau kininį bastutį („Bok choy“) ir pakepkite keptuvėje apie 1–2 min. su šiek tiek aliejaus, pagardinkite druska ir pipirais.
3. Smulkiai supjaustykite svogūną, šoninę ir apkepkite keptuvėje kartu su kopūstu. Sudėkite smulkintą česnaką ir pakepkite dar apie 1 min.
4. Supilkite grietinėlę, užvirus sudėkite kapotas žoleles.

Už receptą dėkojame Bet pirmiausia maistas  
Atgal į receptų sąrašą



### INGREDIENTAI

|            |   |
|------------|---|
| 300 g      | KITCHEN me Antienos filė didkepsnis su prieskoniais |
| 50 g       | žirneliai   |
| 50 g       | ankštiniai žirneliai                                |
| 1          | kininis bastutis                                    |
| 50 g       | šoninė  |
| 20 g       | krapai, petražolės                                  |
| 1 vnt.     | svogūnas  |
| 1 skiltelė | česnakas  |
| 200 ml     | grietinėle  |
| kepimui    | aliejus   |
|            | druskos, pipirų                                     |