

## Salotos su antiena, pupelėmis, daržovėmis ir riešutais.



### Gaminimas

Keptuvę sudėkite mėsą ir kepkite pavartant apie 15-20 min., kol gražiai apskrus. Svogūnai supjaustomi plonais žiedeliais. Jei svogūnai yra naminiai, t.y. sultingi ir aštrūs, tada geriau supjaustyti ir panardinti į karštą vandenį 2 minutėms. Priešingu atveju svogūnų skonis užgoš visas salotas.

Pašalinkite sėklas iš paprikų ir supjaustykite juostelėmis. Supjaustykite mėsą juostelėmis. Taip pat kruopščiai pašalinkite sėklas iš aitriojo pipiro ir smulkiai supjaustykite. Česnakai gali būti supjaustyti arba išspausti. Iš skardinės pupeles sudėkite į vandenį ir nuplaukite.

Į dubenį sudėkite svogūną, jautieną, pipirą, česnaką, skrudintus ir smulkiai supjaustytus graikinius riešutus. Įberkite druskos ir juodųjų pipirų pagal skonį. Padarykite padažą iš 4-5 šaukštų alyvuogių aliejaus, 1 šaukšto vyno acto ir 1 šaukšto garstyčių. Užpilkite padažą ant salotų. Išmaišykite. Skanaus!

Už receptą dėkojame Stebuklingai virtuvei.  
Atgal į receptų sąrašą



### INGREDIENTAI

350 g	antienos filė didkepsnio su prieskoniais
1 skardinė	raudonųjų pupelių
1 vidutinis	raudonasis svogūnas
1	raudonoji paprika
pusė	aitriojo pipiro
2-3 skiltelės	česnako
50 g	graikinių riešutų
Žiupsnelio	druska, pipirai
	Padažui:
	alyvuogių aliejaus
	vyno acto
	garstyčių