

RIBEYE STEIKAS SU KAMELIZUOTOM MORKYTĖM IR PATRAŽOLIŲ SALSA VERDE



Gaminimas

1. Įkaitinkite keptuvę, sudėkite morkas ir pakepkite apie 5-10min. Iki kol paminkštės.
2. Sudėkite medų, šviežius čiobrelis ir druskos žiupsnį. Pakepinkite keletą minučių, kol pasikaramelizuos.
3. Įkaitinkite ant aukštos ugnies keptuvę, kad pradėtų garuoti (jeigu prieš tai kepėte morkas, tai apvalykite keptuvę, nes susvils medus). Dėkite steiką ir nejudinkite 2min. Pabarstykite druska ir pipirais. Tada apverskite ir kepkite dar 2min. taip pat pabarstykite druska ir pipirais.
4. Sudėkite visus padažo ingredientus į blenderį ir sublendinkite iki norimos konsistencijos.

Už receptą dėkojame Neatrasti skoniai.
Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

| | |
|---------------|-----------------------------------------------------------|
| 2x220 g | KITCHEN ME sausai brandintos jautienos didkepsnio RIB EYE |
| keletos | Jaunos morkytės |
| 2 v.š. | medaus |
| šviežias | čiobrelis |
| | Padažas: |
| 2 puodeliai | sultenių lapų |
| 1 puodelis | petražolių |
| 3 šaukšteliai | kaparėlių |
| 1 šalotinis | svogūnas |
| 1 a.š. | Dijono garstyčių |
| 1 skiltelės | česnako |
| 1 a.š. | citrinos žievelės |
| pusės | citrinos sulčių |
| 100 ml | alyvuogių aliejaus |