

## Steiko dubenėliai



### Gaminimas

1. Išvirkite ryžius.
2. Labai gerai įkaitintoje keptuvėje iškepkite **sausai brandintą jautienos didkepsnį BLACK ANGUS**. Man patinka vidutinio kepmo mėsa, tad kepiu 6 minutes, kas minutę apversdama. Kepimo laikas priklauso ir nuo mėsos gabalėlio storio, maniškis buvo 2cm. Perkelkite ant pjaustymo lentelės ir palikite "pailsėti" 5min.
3. Padažui sumaišykite visus ingredientus, jį supilkite ant ryžių.
4. Sumaišykite papildomo padažo ingredientus (jis nebūtinai, bet labai gardus).
5. Steiką supjaustykite kubeliais. Galite sumaišyti juos su papildomu padažu, arba šį padažą tiesiog dėkite ant viršaus serviruodami.
6. Į dubenėlius dėkite ryžius, ant jų - visus likusius ingredientus, užberkite sezamo sėklų.

Už receptą ir nuotraukas dėkojame **Ko nors skanaus**  
Atgal į receptų sąrašą



### INGREDIENTAI

220 g	sausai brandintos jautienos mentės didkepsnio BLACK ANGUS
100 g	rudųjų ryžių
pusė	mango
keleto	griežinėlių agurko
	avokado
saujos	ridikėlių
saujos	edamame pupelių
	marinuotų wakame dumblių
	skrudintų sezamų sėklų
	Padažui:
1 v.š.	sojos
1 a.š.	skrudintų sezamų aliejaus
0,5 a.š.	рудоjo cukraus

	Papildomam padažui:
1 a.š.	majonezo
0,5 a.š.	aštraus padažo (rinkausi sriracha)
1 a.š.	sweet chili padažo

Atsiųsta iš: [www.balticlarus.lt/lt/kitchen-me/receptai/jautiena/steiko-dubeneliai-.htm?tpl=pdf](http://www.balticlarus.lt/lt/kitchen-me/receptai/jautiena/steiko-dubeneliai-.htm?tpl=pdf)