

## T-bone kepsnys su avokadų padažu



### Gaminimas

1. Pasiruoškite grilį. Pašlakstykite paprikas aliejumi ir kepkite ant grilio, kol gerai apskrus. Kai paprikos atšals, pašalinkite odeles, išimkite sėklytes ir supjaustykite.
2. Jautienos kepsnius apšlakstykite alyvuogių aliejumi, pabarstykite druska, pipirais ir dėkite ant įkaitintų grilio grotelių. Kepkite apie 5 minutes iš vienos pusės ir 5 minutes iš kitos pusės.
3. Pagaminkite padažą. Į mažą dubenėlį išspauskite citrinos sultis, suberkite kapotus česnakus, šviežias kalendras, svogūnų laiškus, pjaustytus avokadus, pilkite alyvuogių aliejų, berkite aitriąsias paprikas. Viską gerai išmaišykite.
4. Į lėkštę dėkite kepsnius, paprikas ir avokadų padažą. Skanaus!

Dėkojame RIMI už receptą!  
Atgal į receptų sąrašą

### INGREDIENTAI

4 vnt.	KITCHEN me Jautienos brandintas steikas T-BONE
Žiupsnelis	Jūros druska
Žiupsnelis	Šviežiai malti juodieji pipirai
2 v.š.	Alyvuogių aliejus
4 vnt.	Raudonoji saldžioji paprika
	Avokadų padažas:
2 vnt.	Avokadas
1 vnt.	Žalioji citrina
1 skiltelė	Česnakas
1 v.š.	Šviežia kalendra
20 g.	Svogūnų laiškai
1/2 vnt.	Aitrioji paprika
3 v.š.	Alyvuogių aliejus