Kepta jautiena

Ingredientai

- 500 g Jautienos filė
- 1 Šaukštas Alyvuogių aliejus
- 1 Šaukštas Vorčesterio padažo
- 0.5 a.š Pipirų
- 6 Šaukštai MAGGI klasikinio kečupo
- 12 Bulvių
- 10 Ridikėlių
- 3 Kojelės Svogūnų laiškų
- 1 Šaukštas Alyvuogių aliejus
- 1 a.š Druskos

Instrukcija

1. Kambario temperatūros jautieną įtrinkite alyvuogių aliejaus ir Vusterio padažo mišiniu, palikite 15-20 min. pasimarinuoti.Įkaitintoje grilio keptuvėje kepkite jautieną po maždaug 4 min. kiekvieną pusę. Iškeptą pagardinkite pipirais.
2. Bulves sudėkite į verdantį pasūdytą vandenį ir 15 min. virkite. Tada nusunkite, sudėkite į kepimo skardą. Kiekvieną bulvę šaukštu ar mentele spustelkite, kad įtrūktų odelė, ir pašlakstę kepimo aliejumi, pašaukite į 200-220 °C orkaitę. Kepkite, kol ims skrusti.
3. Ridikėlius bei svogūnų laiškus smulkiai supjaustykite, pagardinkite druska bei pipirais ir patiekite su iškepta mėsa ir bulvėmis. Ragaukite su MAGGI kečupu.

60 Minutės

2 Porcijos

Angliavandeniai	49.77 g
Energija	846.25 kcal
Riebalai	31.78 g
Baltymai	91.39 g