



Keptas marinuotas ančiukas įdarytas obuoliais



Gaminimas

- Orkaitę įkaitinkite iki 180 °C temperatūros.
- Ančiuką ištraukite iš pakuotės ir krūtine į apačią padėkite į norimą kepimo formą ar skardą .
- Įpilkite 100ml vandens.
- Ančiukas kepa 2val. 20min. Bet po valandos ančiuką ištraukite ir apverskite.
- Grąžinkite atgal į orkaitę.

- Nuskustas ir nuplautas bulves nusauskite ir sumaišykite su alyvuogių aliejumi.
- Česnaką nulupkite, smulkiai supjaustykite ir sumaišykite su bulvėmis.
- Apibarstykite cinamonu, įberkite druskos ir dar kartą viską gerai išmaišykite.

- Bulves, šalia ančiuko, sudėkite likus 50 minučių iki kepimo pabaigos.
- Obuolius, šalia ančiuko ir bulvių, sudėkite likus 30 minučių iki kepimo pabaigos.
- Pačioje pabaigoje suberkite spanguoles ir dar šiek tiek pakepkite (apie 10minučių).

- Ištraukite iškeptą ančiuką iš orkaitės ir leiskite ramiai pagulėti apie 15-20 minučių. Taip ančiukas bus sultingesnis.

- Salotas suberkite į dubenį.
- Išdėliokite karamelizuotus riešutus ir apibarstykite džiovintomis spanguolėmis.
- Supjaustykite obuolį skiltelėmis ir išdėliokite ant salotų.
- Apibarstykite kanapių sėklomis.
- Užpilkite paruoštu padažu ir skanaukite.

- Nedideliame indelyje, sumaišykite alyvuogių aliejų, šviežiai spaustas citrinos sultis, skystą medų, druską ir pipirus.
- Patiekite prie salotų arba apšlakstykite padažu jau paruoštas salotas.

Už receptą dėkojame Svajojantis Olandas.
Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

2,2 kg	marinuoto, obuoliais įdaryto „Kitchen me“ ančiuko
6-8	obuoliai
6-8	nedidelės bulvės
2 valg.š.	alyvuogių aliejaus
4 skiltelės	česnako
1 arb.š.	druskos
½ arb.š.	cinamono
sauja	spanguolių
	Salotos :
100 g	salotų lapų
120 g	karamelizuotų pekano riešutų
60 g	džiovintų spanguolių
1valg.š.	kanapių sėklų
1	obuolys (arba pagal norus)
	Padažas:
3 v.š.	citrinos sulčių

2 v.š.	alyvuogių aliejaus
1 v.š.	medaus
½ arb.š.	druskos
½ arb.š	maltų pipirų