



Sous vide anties didkepsnis su burokėlių tyre ir speltos kruopomis



Gaminimas

Ruošiamo antį. Į vakuumo maišelį dedame anties krutinėlę ir aliejų. Jei naudojate nemarinuotą krutinėlę, tuomet reiktų įdėti druskos ir pipirų, ir palikti valandai ar ilgiau šaldytuve marinuotis. Tuomet įkaitiname vandens vonelę (sous vide) iki 57C arba orkaitę su garais iki 55-60C ir dedame vakuumuotą anties krutinėlę 1 valandai.

Po valandos išimame iš vakuumo, nusausiname, aštriu peiliu įpjauame odelę ir dedame į šaltą keptuvę ant vidutinės kaitros, odele į apačią. Kepame iki 5min, kol odelės riebalai išsilydo. Riebalus nupilame ir apverčiame kepsnį, pakepame jau ant didesnės kaitros iki minutės. Iškepus išimame iš keptuvės ir leidžiame pailsėti, iškart nepjaunam, kad neišbėgtų visos sultys. Tuo metu pasiruošiamo garnyrą. Vėliau po 5min supjaustome mėsą. Garnyrai virtus burokėlius, pasilikti vieną ar du burokėlius, o kitus sutrinti su lydytu sviestu, trumų druska ir šaukštu balzaminio acto, blenderio pagalba trinti iki vientisos glotnios konsistencijos.

Puode pašildyti kruopas su keliais šaukštais tyrės ir jei reikia trupučiu vandens, kad neprisviltų prie dugno. Likusius burokėlius supjaustyti skiltelėmis ir apkepti keptuvėje su druska, pipirais, alyvuogių aliejumi, šaukštu balzaminio acto ir viena česnako skiltele.

Serviruoti dedant į lėkštę šaukštą burokėlių tyrės, du šaukštus speltos kruopų, pusę anties didkepsnio ir apkepintų burokėlių. Skanaus!



INGREDIENTAI

Už receptą dėkojame Spoon
Atgal į receptų sąrašą

300 g	Kitchen Me anties didkepsnio pipiriniame marinate
2 šaukštai	aliejaus
1	vakuumo maišelis
	INGRIDIENTAI GARNYRUI:
100 g	virtų speltos kruopų arba perlinių
500 g	virtų burokėlių
50 g	sviesto
pagal poreikį	trumų druskos
2 šaukštai	balzaminio raudono vyno acto
žiupsnelis	druskos ir pipirų
1 skiltelė	česnako
druskos ir pipirų	alyvuogių aliejaus
	ito norimo garnyro, salotų, cukinijų ir pan.