

Ančiukų širdelės su pilno grūdo makaronais ir daržovėmis



Gaminimas

Makaronus apvirkite ir pagardinkite druska, nupilkite vandenį ir pagardinkite šlakeliu aliejaus, kad nesuliptų. Nuo širdelių nupjaustykite nereikalingus riebalukus, jas perpjaukite pusiau. Visas daržoves supjaustykite, morkas sutarkuokite burokine tarka. Keptuvėje su aliejumi pakepinkite svogūnus, širdeles ir sudėkite daržoves. Į kepimo indą sudėkite makaronus, širdeles su daržovėmis ir užpilkite sultiniu. Kepimo indą uždengite folija ir pašaukite kepti į orkaitę 200 laipsnių orkaitę 30-35 min. Troškiny s paruoštas. Skanaus 😊



Už receptą dėkojame Gamink su Audrone.
[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

500 g	Lapino puotos ančiukų širdelės
350 g	pilno grūdo makaronai
2 vnt.	paprikų (geltonos ir raudonos)
2-3 vnt.	morkų
2 vnt.	svogūnų
300 ml.	sultinio arba grietinėlės
žiupsnelis	prieskonių
kepiniai	aliejaus