

## Anties krūtinėlė marinuota juodoje arbatoje.



### Gaminimas

Anties krūtinėlės odelę įpjauname negiliai keliuose vietose. Dedame į gilesnį indą ir užpilame stipria atvėsinta juoda arbata. Paliekame pasimarinuoti 15 min.

Ištraukus iš arbatos, krūtinėlę žemyn odele dedame į keptuvę su įkaitintu aliejumi. Kepame po 5 min. ant vidutinės kaitros, kol krūtinėlė apskrunda ir iškepa. Kepant pagardiname druska bei pipirais.

Tiekiami su norimu garnyru.

Už receptą dėkojame Samčio užrašams.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



### INGREDIENTAI

500 g	Lapino puotos antienos file
1 puodelis	stiprios juodos arbatos
žiupsnelis	druskos
žiupsnelis	maltų pipirų
šlakelis	aliejaus