

## Anties krūtinėlė su graikiniais riešutais



### Gaminimas

1. Anties krūtinėlės odelę įpjauname kelis kart negiliai, pagardinkite druska bei pipirais. Įkaitiname keptuvę su šlakeliu aliejaus ir dedame antieną odele žemyn. Kepame ant vidutinės kaitros apie 5 min. iš vienos pusės, tuomet apverskite ir vėl kepkite apie 4-5 min.
2. Kai antiena iškeps, suvyniokite ją į foliją ir palikite 5 min. minutėms.
3. Gaminame padažą: į švrią keptuvę sudedame medų, pilame balzamiko actą ir kaitiname, kol taps sirupas. Sudedame išgliaudytus ir šiek tiek pasmulkintus riešutus. Maišydami kepiname apie 2-3 min. Riešutai turi apsivelti šiuo sirupu.
4. Išimame antieną iš folijos, dedame į lėkštę ir apliejame sirupu su riešutais.
5. Tiekiamo su norimu garnyru.

Už receptą dėkojame Samčio užrašams.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



### INGREDIENTAI

500 g	Lapino puota antienos krūtinėlės
50 g	išgliaudytų graikinių riešutų
2 v.š.	medaus
4 v.š.	balzamiko acto
šlakelis	aliejaus
žiupsnelis	druskos ir pipirų