

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