



LAPINO PUOTA
LAPSAS MIELASTS
REINUVADERI PIDUSŌŌK

Graikiškos cezario salotos su antienos pjausniais



Gaminimas

1. Vidutinio dydžio inde sumaišykite citrinų sultis, balzamiko actą, rūkytą papriką, krapus, raudonėlius, česnaką, druską ir pipirus.
2. Nupjaukite nuo antienos odą, įdėkite mėsą į maišelį, tuomet supilkite marinatą, pakratome, kad antiena pilnai paskęstų marinatė. Tuomet įdėkite į šaldytuvą ir palaikykite apie 1 valandą arba per naktį (kuo ilgiau laikysite, tuo skanesnė antiena bus).
3. Kai būsite pasiruošę kepti antieną, įkaitinkite grilių ar keptuvę iki maksimalaus karščio. Kepame antieną po ~ 5-6 minutes ant abiejų pusių. Kol ruošite salotas iškeptą antieną padėkite atskirai.
4. Tuo pat metu, kai ruošite salotas, išvirkite kiaušinius.
5. Sumaišykite graikišką jogurtą, ančiuvius, skiltelę česnako, citrino sultis, volčesterio padažą, garstyčias, alyvuogių aliejų, fetos sūrį, druska ir pipirus viską sutrinkite ir išmaišykite su trintuvu iki vientisos masės.
6. Dideliame inde sudėkite kapotas salotas, kapotą kopūstą ir baziliką. Įdėkite šiek tiek padažo. Tuomet įmeskite pomidoriukų ir alyvuogių. Visą sumaišome. Supjaustome plonais gabalėliais antieną ir įdedame į salotas. Taip pat, pagražinimui ir geresniam skoniu įdedame keptas bulves, kedro riešutus ir fetos sūrį.
7. Pateikti su šviežia ir pašildyta pita.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

500 g.	Lapino puota švž. ančiukų filė su oda
1/4 puodelio	Citrinų sultys
1/4 puodelio	Alyvuogių aliejus
2 v.š.	Balzamiko actas
1 v.š.	Rūkyta paprika
1 v.š.	Krapai
1 v.š.	Raudonėliai
3 skiltelės	Česnakas
1/2 a.š.	Druska
1 a.š.	Pipirai
1/4 puodelio	Graikiškas jogurtas
2 vnt.	Ančiuviai
1 skiltelė	Česnakas
2 v.š.	Citrinų sultys
1 v.š.	Vorčesterio padažas
1 v.š.	Garstyčios
1/4 puodelio	Alyvuogių aliejus

1/4 puodelio	Fetos sūris
Pagal skonį	Druska
Pagal skonį	Pipirai
4 puodeliai	Šviežios salotos
2 puodeliai	Mažasis kapotas kopūstas
1 puodelis	Šviežias bazilikas
1 puodelis	Vyšniniai pomidoriukai
Pusė puodelio	Žaliosios alyvuogės be kauliukų
4 puodeliai	Orkaitėje keptos bulvyčių skiltelės
4 vnt.	Kieti virti kiaušiniai
Sauja	Kepinti kedro riešutai
Pagal skonį	Fetos sūris
Pagal poreikį	Pita

Atsiųsta iš: www.balticlarus.lt/lt/lapino-puota/receptai/antiena/graikiskos-cezario-salotos-su-antienos-pjausniais.htm?tpl=pdf&type=fox