



LAPINO PUOTA  
LAPSAS MIELASTS  
REINUVADERI PIDUSÖÖK

## Kepta ančiuko krūtinėlė su burokėlių ir gorgonzola sūrio salotomis



### Gaminimas

1. Įkaitiname orkaitę iki 135 C. Krūtinėlę įtriname prieskoniais, paliekam trumpam pasimarinuoti.
2. Krūtinėlę padedam ant folijos, įsmeigiam į stambiausią vietą termometrą. Įdedam į orkaitę ir keпам, kol krūtinėlė pasieks 50 C. Išimame iš orkaitės ir suvyniojė į foliją pailsinam apie 10-15 min.
3. Gerai įkaitiname keptuvę ir apkepame krūtinėlę iš abiejų pusių (apie 1 min kiekvieną pusę).
4. Salotoms pasidarome užpilą iš pateiktų ingredientų ir sumaišome su salotom. Serviruojant sudedam riekelėm pjaustytą krūtinėlės ir patiekiam su salotom, supjaustytais burokėliais ir gorgonzolos sūriu.

Gardžių pietų linki [Alkanas Qrmis!](#)

[Atgal į receptų sąrašą](#)



### INGREDIENTAI

500 g	Lapino puotos ančiukų filės su oda
1 a.š.	druskos
1 a.š.	džiovintų čili
1 a.š.	pankolio sėklų
1 a.š.	džiovinto česnako
1 a.š.	rudojo cukraus
žiupsnelis	maltų juodųjų pipirų
žiupsnelis	maltų gvazdikėlių
	Salotoms:
mėgстамų	salotų
0,5 a.š.	Dijon garstyčių
1 v.š.	citrinos sulčių
1 a.š.	nutarkuotos citrinos žievelės
3 vnt.	virti nedideli burokėliai
pagal poreikį	gorgonzolos sūrio
šlakelio	aliejaus
žiupsnelis	druskos ir pipirų