



LAPINO PUOTA
LAPSAS MIELASTS
REINUVADERI PIDUSŌŌK

Spalvingas salotų užkandis su anties krūtinėle



Gaminimas

1. Morkas sutarkuokite arba supjaustykite šiaudeliais. Šiaudeliais supjaustykite agurką. Susmulkinkite žalumynus.
2. Padažui skirtus ingredientus sumaišykite, įspauskite česnaką. Galite įdėti pipirų arba čili miltelių. Viskas pagal jūsų poreikius.
3. Ant morkų supilkite paruoštą padažą ir leiskite pastovėti.
4. Ančių krūtinėlių odelę aštriu peiliu įpjaukite įstrižai rombais ir apibarstykite druska ir pipirais. Palikite pastovėti kambario temperatūroje.
5. Įkaitinkite sausą storapadę keptuvę ir dėkite antieną odelė žemyn. Kepkite 6-7 min. kol odelės apskrus. Verskite ir kitą pusę kepkite dar 3 minutes. Toliau dėkite į 200 * C įkaitintą orkaitę, odelė į viršų ir kepkite 5-6 min. Pilnai iškepusiai mėsa prireiks apie 10 min. Išimkite iš orkaitės, uždengite ir duokite kelias minutes pailsėti. Supjaustykite griežinėliais.
6. Nuo morkų nupilkite susidariusį padažą. Supilkite padažą į nedidelį indelį, bus patiekimui.
7. Į pasirinktą didelę lėkštę ratu dėliokite salotų lapus. Į kiekvieną salotų šaukštelį dėkite antienos griežinėlių, morkų, agurkų, barstykite žalumynais ir palaistykite padažu. Taip pat galite salotas apipilti mėgstamu padažu. Labai skanu

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

500 g	Lapino puotos anties krūtinėlė su oda
žiupsnelis	pipirų mišinio
žiupsnelis	druskos
pakuotė	Little Gem salotų
1 vnt.	ilgavaisis agurkas
5 vnt.	morkos
pundukas	šv. svogūnų laiškų
20 g	šv. krapų
	Padažui:
2 v.š.	alyvuogių aliejaus
2 a.š.	ryžių acto
3 v.š.	sojų padažo
1 v.š.	medaus
2 skiltelė	česnako
1 v.š.	sezamo sėklų