

Su smulkintais pomidorais troškinti antienos petukai



Gaminimas

1. Keptuvėje su alyvuogių aliejumi apkepiname **ančiukų petukus**.
2. Petukams paskrudus, įpilame smulkintus pomidorus savo sultyse, įberame druskos ir pipirų, sumažiname kaitrą, uždengiame keptuvę ir paliekame troškintis mažiausiai pusvalandžiui. Prireikus, įpilame šiek tiek vandens.
3. Atskirame puode užverdame vandenį, pasūdome ir supylę kukurūzų kruopas vis pamaišydami verdame apie 15 minučių.
4. Likus kelioms minutėms, įpilame grietinėlę ir išmaišome.
5. Ant polentos dedame troškintus ančiukų petukus, apibarstome smulkintais džiovintais pomidorais ir kaparėliais.

Už receptą ir nuotraukas dėkojame Monika Oliv.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

500 g	ančiukų petukai LAPINO PUOTA
100 g	polentos (kukurūzų kruopos)
400 g	skulkintų pomidorų savo sultyse
20 ml	grietinėls
50 g	saulėje džiovintų pomidorų
20 g	kaparėlių
2 valgomųjų šaukštų	tyro alyvuogių aliejaus
pagal skonį	Druskos ir pipirų