

Rytietiško skonio žąsienos krūtinėlė



Gaminimas

1. Krūtinėlę įtrinkite prieskoniais ir kepkite keptuvėje oda į apačią.
2. Kai riebalai ištekės, nupilkite juos. Į keptuvę supilkite sojų padažą, medų ir balzamo actą.
3. Apkepkite mėsą iš abiejų pusių. Leiskite medui karamelizuotis.
4. Ši mėsa puikiai tiks su garuose virtomis šparaginėmis pupelėmis, paskanintomis alyvuogių aliejumi, balzamo actu ir skrudintais riešutais.
5. Pateikdami galite pabarstyti sezamų sėklomis. Skanaus!

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

| | |
|-------------|--|
| 550 g. | Lapino puota švž. žąsienos filė su oda |
| 2 v.š. | Kalėdinių prieskonių mišinys |
| 2 v.š. | Sojų padažas |
| 2 v.š. | Medus |
| 1 v.š. | Balzamo actas |
| 1 maišelis | Šaldytos šparaginės pupelės |
| Pagal skonį | Kepinti migdolai |