



### Vištiena su avių sūriu

Reikės: 1 vištos, 100 ml baltojo vyno, 100 g avių sūrio (brinzos), ½ stiklinės vandens, 150 ml grietinė, druskos, pipirų, prieskonių pagal skonį.

Vištą supjaustykite gabalais ir apkepkite keptuvėje, kol taps rusvos spalvos. Pasūdykite, apibarstykite prieskoniais. Supilkite vyną ir troškinkite ant mažos ugnies 15 minučių. Tada supilkite grietinę, suberkite sutarkuotą sūrį, troškinkite dar 15 minučių. Patiekite su salotomis ir daržovėmis.

### Vištiena su grietine

Reikės: 1 viščiuko (apie 1 kg), 6 šaukštų alyvuogių aliejaus, 1 stiklinės grietinės, 2 šaukštų garstyčių, druskos, pusės citrinos sulčių.

Viščiuką supjaustykite gabalais ir iš abiejų pusių apkepkite keptuvėje. Tada sumažinkite ugnį ir dar pakepinkite 15 minučių. Vištieną perdėkite į kepimo skardą. Į keptuvę supilkite sultis, sudėkite grietinę, garstyčias, įberkite druskos ir kaitindami gerai išmaišykite. Šiuo padažu apipilkite vištieną ir kepkite orkaitėje 15 minučių.

### Vištienos filė su apelsinų padažu

Reikės: 300 g vištų krūtinėlių, 500 g morkų, 300 g žaliųjų žirnelių, 80 g ryžių, 4 apelsinų, 2 šaukštų grietinės, 1 citrinos, druskos, pipirų, mėgstamų prieskonių pagal skonį.

Ryžius išvirkite. Morkas supjaustykite griežinėliais ir troškinkite su žirneliais apie 25 minutes. Išsunkite apelsinų sultis. Vištienos filė apkepkite keptuvėje, kol taps rusvos spalvos, pasūdykite ir pabarstykite pipirais. Tada sudėkite grietinę, apelsinų minkštimą, supilkite apelsinų sultis, apibarstykite prieskoniais ir patroškinkite 15 minučių. Patiekite su ryžių ir daržovių troškiniu.

### Gruziniškas čachochbilis

Reikės: 1 viščiuko, 2 svogūnų, 3 pomidorų, 2 šaukštų pomidorų tyrės, 1 šaukšto acto, 2 šaukštų vyno (portveino, maderos), 3 šaukštų sviesto, ½ stiklinės mėsos sultinio, druskos ir pipirų pagal skonį.

Viščiuką sukupokite nedideliais gabalėliais ir apkepkite negilame puode prieš tai jame įkaitinę sviestą. Tada į puodą sudėkite smulkiai supjaustytus svogūnus, pomidorų tyrę, supilkite actą, vyną, ½ stiklinės mėsos sultinio, įberkite druskos, pipirų, uždenkite ir troškinkite ant mažos ugnies 1,5 valandos. Prieš baigdami troškinti sudėkite skiltelėmis supjaustytus nuluptus

pomidorus.

### Vištiena su kariu

Reikės: 1 viščiuko, 3 šaukštų alyvuogių aliejaus, 1 svogūno, 2 česnako skiltelių, 1 šaukšto kario miltelių, ½ stiklinės mėsos sultinio, druskos, citrinų sulčių pagal skonį, 1 šaukšto pomidorų tyrės.

Svogūną ir česnaką susmulkinkite, apkepkite aliejuje 2-3 minutes, suberkite kario miltelius, sumažinkite ugnį ir troškinkite 3-4 minutes. Viščiuką supjaustykite, sudėkite į keptuvę, gerai sumaišykite su prieskoniais ir uždenę troškinkite ant silpnos ugnies. Jeigu išgaravo daug skysčio, įpilkite sultinio, kad padažo būtų daug ir tiršto. Sukrėskite pomidorų tyrę, pasūdykite ir įpilkite citrinų sulčių. Dar šiek tiek patroškinkite.

[www.moteris.lt](http://www.moteris.lt)