



Paprasti, bet nepaprastai maistingi ir skanūs sumuštiniai



Gaminimas

Ruošiates į kelionę? O gal saulės palydėti? Ar tiesiog planuojate pikniką gamtoje? Visada yra gerai turėti maisto su savimi. Kaip ten sako - “nesi savimi, kai esi alkanas”? Prašom - paprasti, bet nepaprastai maistingi ir skanūs sumuštiniai . Šį sumuštinio lego apklojame kepimo popieriumu, susukame į maistinę plėvelę ar foliją ir imame su savimi - SKANAUS!

Už receptą dėkojame BET PIRMIAUSIA MAISTAS.
Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

	sėklomis praturtinta duona sumuštiniams
	trintas avokadas
1	kitchenme virtos-keptos kulšėlės mėsa
	patinkančio sūrio riekelė