



LAPINO PUOTA
LAPSAS MIELASTS
REINUVADERI PIDUSŌŌK

Antienos ir moliūgo suflė



Gaminimas

1. Antieną išvirkite, susmulkinkite S formos peiliu kombaine ar smulkintuve (arba su mėsmale).
2. Moliūgą taip pat susmulkinkite, kaip antieną (tik atskirai).
3. Mėsą sumaišykite su moliūgu, įmuškite kiaušinį, pilkite pienu, berkite miltus, gardinkite druska, pipirais ir įspauskite česnako skiltelę. Viską gerai išmaišykite.
4. Dėkite į silikonines keksiukų formeles. Kepkite 20-25 min 170 laipsnių temperatūroje. Skanaus!



INGREDIENTAI

340 g.	Lapino puota švž. antienos kulšelių mėsa su oda
250 g.	Moliūgas
1 vnt.	Kiaušinis
200 ml.	Pienas
1 ir 1/2 v.š.	Avižiniai miltai
1 skiltelė	Česnakas
Pagal skonį	Druska ir pipirai

už receptą!

[Atgal į receptų sąrašą](#)

Dėkojame [Jelenos maisto blogas](#)