

Maltiniai su raudongūžiais kopūstais



Gaminimas

Kaip sumaitinti vaikams daržoves? Tiesiog įmalti į mėsą! Raudongūžiai kopūstai šiek tiek nuspalvins mėsą, tačiau suteiks maltiniams malonų pikantiškumą. Kopūstą arba susmulkinkite virtuviniame kombaine, arba sutarkuokite stambia tarka. Svogūną ir česnaką labai smulkiai supjaustykite arba sumalkite mėsmale.

1. LAPINO PUOTA šviežių ančių kulšelių mėsą sumalkite. Sumaišykite maltą mėsą, smulkintus kopūstus, svogūnus su česnakais, prieskonius, vyną. Pagardinkite druska, pipirais. Viską labai gerai išmaišykite.
2. Suformuokite maltinius, apkepkite juos keptuvėje su šlakeliu aliejaus ir baikite kepti orkaitėje.
3. Patiekite su mėgstamu ankštinių, kruopų arba daržovių garnyru.

Receptas sukurtas bendradarbiaujant su VMG komanda.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

680 g	LAPINO PUOTA šviežios ančių kulšelių mėsos (troškinti, kepti)
200 g	raudongūžio kopūsto
1	svogūno
3 skiltelių	česako
1 šaukšteliu	malto kumino
1 šaukšteliu	maltos kalendros
½ šaukšteliu	aitriųjų paprikų
2 šaukštų	raudonojo vyno (arba vandens)
žiupsnelis	Druskos, šviežiai grūstų juodųjų pipirų
Pateikimui	Įvairių ankštinių, kruopų ir daržovių