



LAPINO PUOTA
LAPSAS MIELASTS
REINUVADERI PIDUSÖÖK

Marga sriuba su antienos kukuliukais



Gaminimas

Spalvų gausa – tai ne tik malonumas akims bet ir, kaip teigia dietologai – žmogaus organizmui reikalingų medžiagų rodiklis.

1. LAPINO PUOTOS šviežią ančių kulšelių mėsą (troškinti, kepti) sumalkite arba sukupokite iki faršo konsistencijos. Svogūną supjaustykite ir pakepinkite svieste, kol taps gintarinės spalvos, tada sudėkite į mėsą. Įberkite druskos, šviežiai grūstų pipirų. Viską sumaišykite ir suformuokite mažus kukuliukus.
2. Daržoves nuvalykite ir supjaustykite.
3. Pirmiausia apkepkite „šalotinius“ svogūnus ir česnaką, po to pridėkite batatus, aitriąsias paprikas ir bulves, lengvai apkepkite. Įberkite druskos ir Provanso žolelių.
4. Užpilkite apie 1 l vandens (arba sultinio) ir virkite, kol daržovės suminkštės, tada sudėkite kukuliukus ir virkite, kol jie išvirs. Pabaigoje sudėkite supjaustytus mangoldus ir įberkite šviežiai grūstų juodųjų pipirų.

Receptas sukurtas bendradarbiaujant su VMG komanda.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

340 g	LAPINO PUOTOS ančių kulšelių mėsos (troškinti, kepti)
1 maža	svogūno
30-40 g	lydyto sviesto (kepti)
žiupsnelis	druskos
žiupsnelis	šviežiai grūstų juodųjų pipirų
2 v.š.	svogūnėlių
1 skiltelės	česnako
1 nedidelio	batato (apie 250-300 g)
1	aitriosios paprikos
1-2	bulvių
1 v.š.	Provanso žolelių
Ryšelio	mangoldų