



LAPINO PUOTA
LAPSAS MIELASTS
REINUVADERI PIDUSŌŌK

Saldžiarūgštis antienos troškiny



Gaminimas

Antienos mėsą pabarstykite druska ir pipirais. Ryžius užkaiškite virti su žiupsniu druskos. Antienos kulšelių mėsą apvoliokite miltuose ir apkepinkite gerai įkaitintame aliejuje, kol mėsa gerai apskrus. Svogūną pasmulkinkite, morką supjaustykite griežinėliais. Daržoves dėkite į keptuvę kartu su antiena ir šiek tiek pakepiname. Įspauskite aplesino sultis ir dėkite padažą. Patroškinkite apie 15 min. Kitoje keptuvėje ištirpinkite sviestą. Suberkite išvirtus ryžius, pakepinkite pora min. Suberkite žirnelius. Pakaitiname ryžius, kol žirneliai sušils. Antienos troškinį valgykite su ryžiais.
Už receptą dėkojame Kviečiu į virtuvę!

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

340 g	Lapino puotos kulšelių mėsos
0,5 vnt.	svogūno
1 vnt.	morka
1 vnt.	apelsinas
žiupsnelis	druskos
žiupsnelis	pipirų
1 v.š.	miltų
1 v.š.	saldžiarūgščio padažo (arba šiek tiek pomidorų padažo ir citrinos sulčių šlakelis)
kepimui	aliejaus
	Ryžiams:
6 v.š.	ryžių
1 v.š.	sviesto
žiupsnelis	druskos
1 sauja	šaldytų žirnelių