

## Tiršta ir soti sriuba su antiena



### Gaminimas

Pastaruoju metu orai tokie nenuspėjami! Darbe vis pribėgu prie prekių krovimo vietos - rampos. Langų neturiu, ir kiekvieną kartą pakeldama rampos vartus patenku vis į kitokią klimato juostą: kaitina saulė, lašnoja, lyja su ledukais! Niekada nežinau, ką atidarius vartus pamatysi..

Bet tas drėgnas šaltis smelkiasi man iki kaulų. Tokiomis dienomis pasiilgstu šildančio maisto, pavyzdžiui karštos sočios sriubos.

Mano draugai [@lapino\\_puota](#) padovanojo visokių gėrybių, todėl šiandien sriuba su antiena.

#### #kaipgaminti

- Puode pakepinti smulkintas česnako skilteles.
- Įdėti smulkintą **antienos mėsą** ir prieskonius (naudokite Raudonos virtuvės paukštienos prieskonius, dar papildomai tiktų ciberžolė, žolelės)
- Dar dedam apkepti svogūnus ir tarkuotas morkas.
- Tada užpilam stilline vandens arba sultinio ir verdam pusvalanduką
- Supilam skardinę konservuotų pupelių ir skardinę konservuotų smulkintų pomidorų.
- Dedame saują lęšių (Lęšiai nebūtinai, bet sriuba maistingesnė ir tirštesnė)
- Ir pabaigoj belieka žiupsnelis druskos.

Už receptą ir nuotrauką dėkojame Raudonai virtuvei.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



### INGREDIENTAI

340 g	Lapino puotos antienos kulšelių mėsos
3 skiltelės	česnako
1/2	svogūno
2	morkos
1 skardinė	konservuotų pupelių
1 skardinė	konservuotų smulkintų pomidorų
sauja	lęšių
žiupsnelis	druskos
žiupsnelis	naudokite Raudonos virtuvės paukštienos prieskonius, dar papildomai tiktų ciberžolė, žolelės