LAPINO PUOTA
LAPSAS MIELASTS
REINUVADERI PIDUSÖÖK

Tradicinis plovas su antiena

Gaminimas

Užvirkite puodą su vandeniu ir sudėkite virti ryžius. Antienos filė supjaustykite mažais gabalėliais, juos apkepinkite gerai įkaitintuose riebaluose, apkepintą mėsą išimkite. Toje pačioje keptuvėje, kur kepėte mėsą, apkepinkite smulkintus svogūnus ir morkomis iki kol suminkštės. Tada sudėkite visus ingredientus, apkepintą mėsą su daržovėmis į puodą ir ant silpnos ugnies virkite apie 40 min. Pabaigoje paskaninkite mėgiamu padažu. Viską gerai išmaišykite.
Skanių akimirkų linki UAB "Baltic Larus" kolektyvas.

Atgal į receptų sąrašą

INGREDIENTAI

500 g	Lapino puota šviežios ančiukų filės
3x100 g	ryžių
2 didelės	morkos
1 vnt.	svogūnas
5 v.š.	aliejaus
žiupsnelis	plovo prieskonių
žiupsnelis	druskos ir pipirų
150 ml.	sultinio
mėgiamo	padažo

Atsiųsta iš: www.balticlarus.lt/lt/lapino-puota/receptai/antiena/tradicinis-plovas-su-antiena.htm?tpl=pdf&type=fox