

Aitrios triušienos troškinyš itališkai



Gaminimas

Triušienos gabalėlius apibarstykite druska ir pipirais, galiausiai apibarstykite šaukšteliu miltų. Keptuvėje įkaitinkite šiek tiek aliejaus ir sudėkite triušieną. Maišydami kepinkite ant didelės ugnies kol mėsa įgaus lengvai auksinę spalvą. Išimkite iš keptuvės ir perkelkite į lėkštę. Į keptuvę supilkite likusį aliejų. Suberkite juostelėmis pjaustytą svogūną, įspauskite česnaką ir įdėkite išilgai perpjautą čili. Kepinkite vis pamaišydami tol kol svogūnas suminkštės. Sudėkite triušieną atgal į keptuvę ir supilkite actą. Po kelių minučių suberkite pusiau perpjautus pomidoriukus ir supilkite daržovių sultinį. Sumažinkite ugnį ir kepkite 20 minučių. Į keptuvę suberkite smulkintus bazilikus ir petražoles. Viską kepkite tol kol sutirštės padažas.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

| | |
|---------------|------------------------------------|
| 250 g | Lapino puota triušienos gabalėlių; |
| žiupsnelis | druskos |
| žiupsnelis | pipirų |
| 1 a.š. | miltų |
| 1 v.š. | alyvuogių aliejaus |
| 1 vnt | baltas svogūnas |
| 4 vnt | česnako skiltelės |
| 1 vnt | raudonas čili |
| 1 v.š. | baltojo vyno acto |
| 200 ml | daržovių sultinio |
| Šakelė | vynuoginių pomidoriukų |
| pagal poreikį | šviežio baziliko ir rozmarino |