



LAPINO PUOTA
LAPSAS MIELASTS
REINUVADERI PIDUSÖÖK

Kepti triušienos kumpeliai su troškintomis daržovėmis



Gaminimas

1. Triušienos kumpelius pabarstykite druska, pipirais, džiovintais raudonėliais, kmynais, išpauskite česnaką ir juo įtrinkite kumpelius. Geriausiai taip palikti nakčiai šaldytuve marinuotis, bet galima kepti ir iš karto.
2. Kepkite orkaitėje, 180 laipsnių temperatūroje 35-40 min. kepimo rankovėje (pakepus 25 min, atidinkite, kad kumpeliai apskrustų).
3. Kol kumpeliai kepa, pasigaminkite troškinį. Svogūnus supjaustykite kubeliais, pakepinkite keletą minučių, tada sudėkite supjaustytas morkas ir dar pakepinkite kelias minutes. Suberkite pjaustytus šparagus ar šparagines pupeles bei salierą, užpilkite viską vandeniu ir troškinkite, kol daržovės bus minkštos (jeigu norite traškesnių, troškinimo laiką trumpininkite).
4. Kai liks visai nedaug skysčio, supilkite grietinėlę ir troškinkite 5-7 min, kol sutirštės, įberkite druskos, pipirų ir smulkintų krapų. Skanaus!



Dėkojame [Jelenos blogui](#) už receptą!
[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

500 g.	Lapino puota švž. triušienos užpakaliniai kumpeliai
2-3 skiltelės	Česnakas
Pagal poreikį	Kmynai
Pagal skonį	Druska ir pipirai
Pagal skonį	Raudonėlis
	Daržovėms:
1 vnt.	Svogūnas (didelis)
1-2 vnt.	Morkos
1 skiltelė	Česnakas
Pagal poreikį	Šparagai ar šparaginės pupelės
2-3 vnt.	Saliero stiebai
250 ml.	Grietinėle
Pagal skonį	Druska ir pipirai
Pagal poreikį	Krapai