

## Salotos su pomidorais, mangais ir triušiena



### Gaminimas

1. Pomidorus supjaustykite kubeliais, apšlakstykite alyvuogių aliejumi, žaliosios citrinos sultimis, berkite druskos, pipirų ir cukraus. Išmaišykite ir palikite 2-3 min.
2. LAPINO PUOTA triušienos juosmeninės dalies filė kepkite įkaitintoje keptuvėje apie 4-5 min. su alyvuogių aliejumi, druska ir pipirais.
3. Mangą supjaustykite plonais griežinėliais, svogūną – plonomis skiltelėmis.
4. Į dubenį sudėkite salotų lapus, mangą, pjaustytą keptą triušieną, pomidorus, kedrines pinijas ir užpilkite likusiu skysčiu nuo pomidorų.

#### PATARIMAI:

Galite rinktis mėgstamus riešutus. Taip pat čia tiktų pekaninės karijos arba skrudinti lazdynų riešutai.

Už nuotraukas ir gardžią idėją dėkojame Alfui Ivanauskui VMG komandai

[Atgal į receptų sąrašą](#)

### INGREDIENTAI

1	pomidoro
2 šaukštų	alyvuogių aliejaus
1/4	žaliosios citrinos sulčių
Žiupsnio	cukraus
1 pak.	LAPINO PUOTA triušienos juosmeninės dalies filė
1/2	mango
1/2	svogūno
3 saujų	salotų lapų
1 šaukšto	kedrinių pinijų
žiupsnelio	druskos
žiupsnelio	juodųjų pipirų