

TRAPIOS TEŠLOS KREPŠELIAI SU TRIUŠIENA IR DARŽOVĖMIS



Gaminimas

Sumaišykite abiejų rūšių miltus ir druską. Sudėkite šaltą, smulkiai supjaustytą sviestą ir sutrinkite rankomis arba virtuviniu kombainu iki trupinių. Įmaišykite graikišką jogurtą ir vandenį. Miltai pabarstykite dubenį, įdėkite tešlos rutulį ir padėkite į šaldytuvą, kol ruošite įdarą. 2. Labai smulkiais gabalėliais supjaustykite triušienos juosmeninės dalies filė. Pabarstykite druska, juodaisiais pipirais ir viduržemio jūros prieskoniais. Kepkite ant aukštos ugnies apie 6 min. Išimkite. 3. Daržoves taip pat supjaustykite labai smulkiai. Apkepkite svogūną, pievagrybius ir papriką. 4. Apkeptas daržoves šiek tiek atvėsinkite ir sumaišykite su triušiena. Įmaišykite kreminį sūrį ir daugiau kaip pusę tarkuoto kietojo sūrio. 5. Į keksiukų ar kitas kepimo formeles įtieskite kepimo popierių. Iš tešlos suformuokite pailgą ritinį ir padalinkite į 12 vienodų dalių. Rankomis suformuokite krepšelius, įdėkite į kepimo formeles ir pripildykite įdaru. 6. Apibarstykite likusiu kietuoju sūriu ir kepkite iki 180 °C įkaitintoje orkaitėje apie 35 min.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

	Tešlai reikės:
100 g	sviesto
110 g	speltų miltų
110 g	avižinių miltų
30 ml	labai šalto vandens
100 g	graikiško jogurto
žiupsnelis	Druskos
	Krepšeliams reikės:
1 didelio	raudonojo svogūno
200 g	g triušienos juosmeninės dalies filė Lapino puota
200 g	rudųjų pievagrybių
1/6 didelės	raudonosios paprikos
Kupino šaukšto	tepamojo kreminio sūrio
60 g	kietojo sūrio
Dviejų šakelių	šviežio rozmarino
žiupsnelis	Druskos, juodųjų pipirų, viduržemio jūros prieskonių
kepinui	Aliejaus

