



LAPINO PUOTA
LAPSAS MIELASTS
REINUVADERI PIDUSŌŌK

Triušiena su ančiuviais ir saldžia bulve



Gaminimas

1. Bulves nulupkite, supjaustykite stambiais gabalais, apšlakstykite juos aliejumi ir iškepkite orkaitėje kartu su neluotomis česnako skiltelėmis. Keptas bulves ir išspaustus iš luobelų česnakus sudėkite į smulkintuvą, supilkite grietinėlę, pagardinkite druska, pipirais ir sutrinkite. Jei masė bus labai tiršta, galite įpilti vandens.
2. Triušio juosmeninę dalį padalinkite pusiau, arba į keturias dalis. Sukabinkite kiekvienos dalies pilvaplėves dantų krapštukais. Apkepkite kepsnius keptuvėje su 1 šaukštu sviesto iš visų pusių, kol gražiai apskrus. Supilkite vyną, vandenį, pagardinkite druska, pipirais ir troškinkite ant minimalios kaitros uždengę 50 minučių. Nudenkite dangtį, padidinkite kaitrą ir virkite, kol liks trečdalis troškinimosi skysčio.
3. Keptuvėje įkaitinkite sviestą, sudėkite pasmulkintas ančiuvių file ir kepkite maišydami minutę laiko. Sudėkite į keptuvę smulkintus jaunus svogūnus, kepkite dar 2 minutes, sudėkite žalumynus, supilkite troškinimosi skystį, virkite kol padažas užvirs.
4. Patiekite triušienos kepsnius su saldžių bulvių kremu ir ančiuvių-žolelių padažu. Skanaus!



[Atgal į receptų sąrašą](#)

Dėkojame [bulviukose.lt](#) už receptą!



INGREDIENTAI

400 g.	Lapino puota švž. triušienos juosmeninės dalies filė
1 ir 1/2 v.š.	Lydytas sviestas (kepimui)
1/2 stiklinės	Baltas sausas vynas
1/2 stiklinės	Vanduo
Pagal skonį	Druska ir pipirai
4 vnt.	Jauni svogūnai su laiškais
1 v.š.	Smulkintas žolelių mišinys (šalavijas, petražolė, raudonėlis)
6 vnt.	Sūdytos ančiuvių filė juostelės
2 vnt.	Saldžios bulvės
2 skiltelės	Česnakas
2/3 stiklinės	Grietinė