

Triušiena su Serrano ir bolivine balanda



Gaminimas

1. Išsiverdam bolivinę balandą kaip nurodyta pakuotėje.
2. Mažame puode, 1-2 minutes apverdame šparagus (vanduo neturėtų apsemti viršutinės šparagų dalies).
3. Triušienos filė apvyniojame Serrano kumpiu ir dedame į įkaitintą keptuvę. Kepame 3-4 minutes iš abiejų pusių.
4. Kai triušienai kepti liks 2-3 minutės, šalia dedame vyšninius pomidorus bei apvirtus šparagus. Juos apšlakstome citrinos sultimis.
5. Bolivinę balandą sumaišome su šparagais, kepintais pomidorais, ant viršaus dedame triušieną ir viską apšlakstome balzamine glazūra.

!SVARBU! Triušienos nebarstykite druska ar kitais prieskoniais. Kadangi Serrano kumpis iš savęs yra šiek tiek sūrokas ir intensyvaus skonio, to pilnai užteks ir triušienai.
Už receptą dėkojame But-first food.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

2x250 g	Lapino puota juosmeninės dalies triušienos filė
2 juostelių	ispaniško vytinto kumpio Serrano
50 g	bolivinės balandos
keletos	šparagų
keletos	vyšninių pomidoriukų
siek tiek	citrinos sulčių
šlakelio	alyvuogių aliejaus