

Triušienos file piršteliai sezamų plutelėje



Gaminimas

1. Padažui skirtus produktus sutrinkite smulkintuvu.
2. Nupjaustykite nuo triušienos file plėveles, supjaustykite file juostelėmis - kiekvieną file perpjaukite skersai pusiau, o storąją dalį perpjaukite dar ir išilgai. Iš vienos file turėtų gautis trys juostelės.
3. Juosteles pamarinuokite smulkinta česnako skiltele, žolelėmis ir pipirais pusę valandos. Druską berkite prieš kepant.
4. Pamarinuotas triušienos juosteles apvoliokite miltuose, kiaušinio plakinyje ir sezamų sėklose. Kepkite keptuvėje su lydytu sviestu arba aliejumi vartydami kol gražiai apskrus.
5. Patiekite pirštelius su padažu. Skanaus!



[Atgal į receptų sąrašą](#)

Dėkojame bulviukose.lt už receptą!

INGREDIENTAI

250 g.	Lapino puota švž. triušienos juosmeninės dalies filė
1 skiltelė	Česnakas
Žiupsnelis	Smulkintas raudonėlis
Žiupsnelis	Čiobreljo lapeliai
Pagal skonį	Druska ir pipirai
2 v.š.	Miltai
1 vnt.	Kiaušiniai
1 stiklinė	Sezamo sėklos
Pagal poreikį	Lydytas sviestas
	Padažui:
1 stiklinė	Graikiškas jogurtas
Pagal skonį	Druska ir pipirai
1 skiltelė	Česnakas
5 vnt.	Mėtos lapeliai