

Triušienos ir bolivinės balandos kukuliai



Gaminimas

Išsiverdame bolivinę balandą ir ją atvėsiname. Į maltą triušieną įtarkuojame saldžiosios bulvės – neįtikėtina, kiek daug minkštumo ir sultingumo ji duoda! Sumaišome atvėsusias bolivinės balandos sėklas su triušiena ir saldžiąja bulve. Formuojame norimo dydžio kukulius ir dedame į garų puodą (galima virti, arba kepti orkaitėje). Garnyrui naudoju pilno grūdo makaronus ir garintas daržoves. Prie kukulių puikiai tiktų ir daržovių košė ar bet koks kitas Jūsų vaikučio mėgstamas garnyras. Mano dukrytė liko sužavėta spalvomis, čiupo tai vieną, tai kitą mažais pirščiukais ir pasičepsėdama ragavo

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

70 g	Lapino puotos smulkintos triušienos
20 g	bolivinės balandos
Trečdalis	saldžios bulvės
Saujelės	pilno grūdo (spagheti) makaronų
Pusės	morkos
kelių	žiedinio brokolio