

Triušienos juostelės su daržovėmis grietinėlės padaže



Gaminimas

Triušieną pamirkyti piene. Taip ji suminkštės, nebeturės kvapo (nors aš jo ir taip nejaučiu, bet jautresnės uoslės žmonės sako, kad triušiena turi kitokį kvapą bei įprasta vištiena ar kiauliena).

- ✓ Marinatą gaminkite iš aliejaus, česnako, citrinos sulčių, mėsos prieskonių mišinio, (papildomai dėkite rozmarino), druskos ir pipirų. Įtrinkite mėsą ir marinuokite mažiausiai 2 valandas.
- ✓ Apkepkite keptuvėje iš abiejų pusių.
- ✓ Suberkite daržoves. Šį kartą naudokite plonai pjaustytas morkas, svogūnus, Briuselio kopūstus (perpjaukite per pusę), žirnelius, šparagines pupeles. Galite naudoti ir kitokias mėgstamas daržoves.
- ✓ Stiklinę 12% riebumo grietinėlės sumaišykite su šaukšteliu miltų, supylkite į keptuvę. Lengvai maišykite, kol padažas sutirštės ir padengs mėsą ir daržoves.
- ✓ Patiekite su bulvių koše, bet galima ir su ryžiais ar kitokiu garnyru.

Už receptą ir nuotraukas dėkojame [Raudona virtuvė!](#)

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

200 g	Lapino puotos šviežios triušienos mėsos juostelės
2 vnt.	morkos
1 vnt.	svogūnas
1/2 vnt.	Briuselio kopūstų
saujelė	šaldytų žirnelių
saujelė	šparaginių pupelių
200 ml	pieno
žiupsnelis	prieskonių mėsai
100 ml	12 % riebumo grietinėlės
2 v.š.	miltų