

## 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