

Triušienos juostelės su daržovėmis



Gaminimas

1. Pastarnoką ir morką nulupkite, supjaustykite juostelėmis, svogūną – skiltelėmis, pievagrybius – griežinėliais, susmulkinkite česnaką, svogūnų laiškus ir romaninę salotą.
2. LAPINO PUOTA šviežios triušienos juosmeninės dalies filė nusauskite popieriniu rankšluosčiu ir supjaustykite pailgiais gabalėliais. Dėkite į kukurūzų krakmolą ir ją apvoliokite, kad pilnai pasidengtų. Tada nusijokite krakmolą.
3. Į keptuvę įpilkite aliejaus tiek, kad pilnai apsemtų keptuvės dugną. Kai įkais, sudėkite triušieną ir kepkite ant didesnės kaitros.
4. Iškepusią triušieną dėkite ant popierinio rankšluosčio, kad susigertų aliejaus perteklius.
5. Apkepkite ant didelės ugnies morkas, pastarnokus, svogūnus ir pievagrybius. Neleiskite joms perkepti – svarbu, kad jos išliktų traškios. Kepimo pabaigoje sudėkite likusias daržoves: romanines salotas, svogūnų laiškus, česnaką. Viską sumaišykite, įtarpuokite imbiero ir išimkite daržoves.
6. Į keptuvę supilkite padažą „Yakitori“, įspauskite apelsino sulčių, pilkite baltojo vyno actą, vandenį, sojų padažą. Kai padažas sutirštės, suberkite triušieną ir daržoves. Viską išmaišykite ir patiekite.
7. Galite papuošti mėgstamomis žolelėmis.

ALFO PATARIMAI:

- Šį patiekalą galite gaminti ir su vištiena, kiauliena ar jautiena.
- Jei padažas pasirodys per rūgštus, galite į jį įpilti cukraus sirupo ar įberti paprasto cukraus.
- Tokią triušieną galite patiekti ir su ryžiais.

Už nuotraukas ir gardžią idėją dėkojame Alfiui Ivanauskui VMG komandai

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

1 vidutinio	pastarnoko
1 didelės	morkos
1 nedidelio	mėlynojo svogūno
4 nedidelių	rudųjų pievagrybių
1 skiltelė	česnako
1 kuokštelio	svogūnų laiškų
½ nedidelės	romaninės salotos
200 g	LAPINO PUOTA šviežios triušienos juosmeninės dalies filė
3-4 šaukštų	kukurūzų krakmolo
4-5 šaukštų	čili pipirų ir rapsų aliejaus
Žiupsnelio	tarkuoto imbiero
2 šaukštų	padažo „Yakitori“
1	apelsino
1 šaukšto	baltojo vyno acto
Šlakelio	Šlakelio natūralaus mineralinio vandens (negazuoto)
1 šaukšto	sojų padažo
Mėgstamų	žolelių lapelių (bazilikų, kalendrų)

