

Triušienos troškinyš po kalafiorų kepure



Gaminimas

Bulves nulupame ir supjaustome mažais gabaliukais, kalafiorą išskirstome žiedynais. Užpilame verdančiu vandeniu, pasūdome ir verdame, kol bulvės išvirs.

Kai bulvės išverda, nusunkiame ir sugrūdžiame. Atidedame iki, kol prireiks.

Keptuvėje įkaitiname aliejų ir sudedame smulkintus svogūnus ir tarkuotas morkas. Kepiname, kol daržovės suminkštės. Sudedame pievagrybius smulkintus, saliero stiebus ir išspaustą česnaką, maišydami kepiname kelias minutes. Išimame iš keptuvės ir padedame šiltai.

Toje pačioje keptuvėje apkepiname smulkintą triušieną, beriame prieskonius, sudedame apkepintas daržoves, dedame pomidorų padažą, supilame sultinį ir patroškiname 10 min.

Daržovių ir mėsos masę dedame į porcijinius indelius tinkamus kepti orkaitėje ir užklojame bulvių - kalafiorų koše.

Dedame į įkaitintą orkaitę ir kepame 180 C. temp apie 20 min., kol kepurė apskrus.

Už receptą ir nuotraukas dėkojame Samčio užrašams!

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

250 g	Lapino puotos triušienos kumpelių mėsos
300 g	pievagrybių
2 vnt.	morkos
2 vnt.	saliero stiebai
1 vnt.	svogūnas
2 skiltelės	česnako
2 v.š.	alyvuogių aliejaus
1 a.š.	rozmarino
žiupsnelis	čiobrelio
žiupsnelis	druskos
žiupsnelis	baltųjų pipirų
2 v.š.	pomidorų padažo
1/2 stiklinės	daržovių sultinio
	Košėi:
4 vnt.	bulvės
1/2	kalafioro
žiupsnelis	druskos

