

## Triušis marinuotas kefyre



### Gaminimas

1. Triušį nuplauti, nusausinti ir supjaustyti gabalais.
2. Petražoles arba kalendrą, česnaką susmulkinkite.
3. Paruoštą masę sudėkite į kefyrą. Pagardinkite mėgiamais prieskoniais, lauro lapais, pipirais, viską gerai išmaišykite ir užpildyti ant triušio. Laikyti per naktį.
4. Kitą dieną triušio gabaliukus pasūdykite ir apkepinkite svieste.
5. Nuvalykite morkas ir supjaustykite stambiais gabaliukais.
6. Žiedais supjaustykite svogūnus.
7. Daržoves apkepinkite svieste ir dėkite kartu su triušiena į storapadį puodą.
8. Paruoškite padažą: miltus pakepinkite sausoje keptuvėje iki rudumo. Į miltus po truputį pilkite sultinį ir maišykite kol neliks gumuliukų. Dėkite garstyčias, pomidorų padažą. Galite pasinaudoti ir trintuvu. Sudėkite grietinę ir išmaišykite
9. Paruoštą padažą supilkite ant triušienos ir daržovių ir pašaukite į 180C įkaitintą orkaitę 1-1,5 val. Po pusvalandžio kaitrą mažinkite iki 160C.
10. Patiekite su mėgiamu garnyru (*Rita rekomenduoja patiekti su bulvėmis ar bulvių koše*).



### INGREDIENTAI

1,5 kg (1 vnt)	Šviežias
0,5 l	kefyro
Pagal skonį	žalumynų (petražolių ,kalendrų)
4 skiltelių	česnako
2-3 vnt.	svogūnų
300 g	liesesnės grietinės
250 ml	sultinio
1 v.š.	garstyčių
1 v.š.	pomidorų padažo
1,5 v.š.	miltų
pagal poreikį	lydyto sviesto kepinimui
pagal skonį	druskos, pipirų, lauro lapų
pagal skonį	mėgstamų prieskonių

Dėkojame [Skanu, gražu ir su meile... Rita](#) už receptą!

[Atgal į receptų sąrašą](#)