

Vaikų įvertinta – mėsyte „fri“



Gaminimas

1. Mėsą supjaustykite plonomis juostelėmis, trumpam pamarinuokite pabarstę druska ir pipirais.
2. Daržoves supjaustykite šiaudeliais.
3. Išplakite kiaušinį, į jį merkite triušienos juosteles, vėliau apvoliokite sezamo sėklų, sūrio ir dribsnių mišinyje.
4. Dėliokite skardoje mėsos juosteles, daržoves (jas pašlaksčiau aliejumi) ir kepkite 180 laipsnių orkaitėje apie 30 minučių.

Už receptą dėkojame Lieknos bitės

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

3 vnt	Lapino puota triušienos juosmeninės dalies filė
1 vnt	kiaušinis
saujelė	sezamų sėklų
kelių šaukštų	tarkuoto kietojo sūrio
2 v.š.	smulkių avižinių dribsnių
mėgiamų	daržovių