



LAPINO PUOTA
LAPSAS MIELASTS
REINUVADERI PIDUSŌŌK

Žuvienė su jūrų gėrybėmis ir pomidorais



Gaminimas

1. Svogūnus ir česnakus sudėkite į ELECTROLUX smulkintuvą ir susmulkinkite. Salierą supjaustykite nedideliais gabalėliais.
2. Lašišą supjaustykite didesniais gabalėliais, petražoles susmulkinkite.
3. Į puodą supilkite 5-6 šaukštus aliejaus, suberkite svogūnus, česnakus, laurų lapus bei rozmarino ir čiobrelio šakeles.
4. Į įkaitintą keptuvę įpilkite aliejaus, suberkite jūrų gėrybes, dėkite dešros gabalėlius, berkite kalendrų grūdėlius, viską apkepinkite. Įberkite druskos.
5. Sultinio kubelius ištirpinkite karštame vandenyje.
6. Išimkite iš keptuvės jūrų gėrybes ir trumpai apkepkitė lašišą. Įberkite aitriųjų paprikų su druska.
7. Apkepusią lašišą išimkite ir sudėkite apkepti pjaustytą LAPINO PUOTA triušienos file su salierais.
8. Kai svogūnai pasidarys permatomi, sudėkite konservuotus pomidorus. Supilkite karštą sultinį, dėkite cinamono lazdeles. Suberkite apkepusią triušieną ir salierus, išmaišykite. Kai viskas užvirs, pavirkite dar 7-8 min. Sudėkite žuvį, jūrų gėrybes, išmaišykite ir palikite 2-3 min. išjungus ugnį pastovėti.
9. Įtarkuokite citrinos žievelės. Patiekite į dubenėlį įdėję petražolių ir bazilikų, pilkite sriubą, galite šalia padėti duonos riekelę.

ALFO PATARIMAI:

- Sriubai galite naudoti Jūsų mėgstamas jūrų gėrybes.
- Į šią sriubą tinka pilti ir vištienos sultinį.
- Valgykite su šviesia duona: čiabata ar prancūzišku batonu.

Už nuotraukas ir gardžią idėją dėkojame Alfui Ivanauskui VMG komandai

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

2	svogūnų
4 skiltelių	česnako
1	saliero stiebo
60 g	šviežios lašišos
200 g	LAPINO PUOTOS triušienos juosmeninės dalies filė
1 saujos	bazilikų
1 saujos	petražolių
4 šakelių	rozmarino
4 šakelių	čiobrelio
2	laurų lapų
7 šaukštų	BORGES alyvuogių aliejaus Extra Virgin
300 g	jūrų gėrybių (midijų, kalmarų, mažų aštunkojų, krevetėlių)
30 g	itališkos vytintos dešros Nduja di Spilinga
keleto	KOTANYI kalendros grūdėlių
2	NATUR COMPAGNIE ekologiško sultinio kubelio su Provanso žolelėmis
1	NATUR COMPAGNIE ekologiško sultinio kubelio su daržovėmis
1 l	karšto vandens
žiupsnelio	KOTANYI aitriųjų paprikų su druska
80 g	konservuotų pomidorų be odelių

2	KOTANYI cinamono lazdelių
žiupsnelio	tarkuotos citrinos žievelės

Atsiųsta iš: www.balticlarus.lt/lt/lapino-puota/receptai/triusiena/zuviene-su-juru-gerybemis-ir-pomidorais.htm?tpl=pdf&type=fox