



LAPINO PUOTA
LAPSAS MIELASTS
REINUVADERI PIDUSŌŌK

Maltos vištienos iešmeliai su daržovėmis



Gaminimas

Svogūną nulupkite ir susmulkinkite. Cukiniją ir nuskustą morką sutarkuokite per burokinę tarką. Kietą sūrį taip pat sutarkuokite tarkute. Į vištieną įmuškite kiaušinį, berkite prieskonius, sudėkite tarkuotą cukiniją ir sūrį. Suberkite džiūvėsėlius. 1 v. š. aliejaus pakepinkite svogūną ir morką, kol daržovės suminkštės. Jas sudėkite į dubenį pas vištieną. Masę gerai išmaišykite. Iš mėsos suformuokite pailgą suktinuką. Perverkite jį mediniu iešmeliu. Apvoliokite mėsos iešmelius aliejuje. Kepkite keptuvėje, gerai įkaitintame aliejuje iš visų pusių apie 15 – 20 min, kol gražiai iškeps.

Už receptą dėkojame Kviečiu į virtuvę!

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

1 kg.	Lapino puota švž. smulkinta vištiena
1 vnt.	maža cukinija
1 vnt.	morka
1 vnt.	svogūnas
50 g	kietojo sūrio
6 v.š.	džiūvėsėlių
1 vnt.	kiaušinis
žiupsnelis	druskos, pipirų
1 a.š.	vištienos prieskonių
keletos	medinių iešmelių