

KUKURŪZINIS PAPLOTĖLIS SU GĖRYBĖMIS



Gaminimas

1. Paplotėliui skirtus produktus sumaišykite, pilkite vandens tiek, kad tešla gerai išsiminkytų ir neliptų prie rankų. Iškočiokite plonus, norimos formos paplotėlius.
2. Pakepkite **dešreles** keptuvėje, supjaustykite griežinėliais. Paplotėlių paviršių patepkite aliejumi, ant viršaus užtepkite pomidorų padažo, sudėkite smulkintas daržoves, dešreles, užberkite tarkuoto sūrio. Kepkite iki 180°C temperatūroje įkaitintoje orkaitėje apie 10 minučių. Ištrauktus paplotėlius apšalkstykite alyvuogių aliejumi, užberkite sėklyčių, jei norite, dar tarkuoto „Džiugo“ sūrio, papuoškite šviežiais saulėgrąžų daigeliais.
Skanaus!

Už receptą ir idėjas dėkojam Gintarei iš [VIRŠ OBELŲ](#)
Receptus įamžino nuotraukose [Darius](#) iš www.grafas.lt
Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

	Paplotėliui:
1 stiklinė	kukurūzų miltų
1 stiklinė	spelta miltų
1	kiaušinio
1/2	stiklinės vandens
žiupsnelis	druskos
1 v.š.	kepimo miltelių
	Ant paplotėlio:
keli v.š.	alyvuogių aliejaus
keli v.š.	pomidorų padažo
1/2	jaunos cukinijos
1/2	paprikos
mėgiamo	tarkuoto sūrio
250 g	Kitchen me triušienos dešrelių
saujelė	saulėgrąžų
saujelė	moliūgų sėklyčių
kuokštelis	saulėgrąžų daigų
žiupsnelis	Viduržemio regiono žolelių prieskonių

