

## Šiltos salotos su triušienos juostelėmis



### Gaminimas

1. Dubenyje sumaišykite džiovintus, parmezano sūrį, įberkite žiupsnelį druskos ir maltų juodųjų pipirų. Kitame dubenyje išplakite kiaušinį.
2. Nuo triušienos filė nupjaustykite plėveles. Merkite į kiaušinio plakinį, apvoliokite džiovintų mišinyje ir dėkite į kepimo skardą išklotą kepimo popieriumi.
3. Kepimo skardoje eilėmis išdėliokite juostelėmis supjaustytą papriką, kubeliais - svogūną, žiedynėliais išskirstytą brokolį. Daržoves apibarstykite kajeno pipirais, druska, maltais juodaisiais pipirais ir apšlakstykite alyvuogių aliejumi. Kepkite 180 laipsnių įkaitintoje orkaitėje 20-30 min.
4. Į lėkštės vidurį dėkite pjaustytas iceberg salotas, aplinkui išdėliokite keptas daržoves, triušienos filė ir užpilkite susidariusiu padažu. Skanaus!



### INGREDIENTAI

200 g.	Lapino puota švž. triušienos juosmeninės dalies filė
30 g.	Džiūvesėliai
10 g.	Tarkuotas parmezas
1 vnt.	Kiaušinis
1 vnt.	Raudona paprika
1 vnt.	Svogūnas
2 vnt.	Pomidorai
150 g.	Brokoliai
1/2 a.š.	Kajeno pipirai
Pagal skonį	Druska ir pipirai
Šlakelis	Alyvuogių aliejus
Saujelė	Iceberg salotos

receptą!  
[Atgal į receptų sąrašą](#)

Dėkojame Oditėlės blogas už