Šabalbonų mišrainė

Atverti receptą svetainėje

Ingredientai

- 200 g Didžiųjų pupų, pamirkytų bent parą ir išvirtų (svoris sausų, dar nemirkytų pupų)
- 2 vnt. Morkų, virtų su lupena, bet nepervirtų
- 1 vnt. Svogūno, 1 vidutinė galva
- 1 vnt. Marinuotų grybų (idealu jei turit naminių, bet tiks ir pievagrybiai iš skardinės)
- Aliejaus kepimui, pipirų, druskos
- Mairūno
- Šaukšto gero majonezo

Gaminimo eiga

1. Didžiąsias pupas pamerkite su dideliu kiekiu šiek tiek pasūdyto vandens ir palikite mirkti prieš dieną. Pupa mirkdama padidės trigubai, todėl pasirinkite tinkamą indą. Nepamirškite šiek tiek druskos, kad nepradėtų rūgti. Išmirkusias išvirkite, turi suminkštėti, bet nepervirti. Nukoškite ir palikite atvėsti.

2. Neskustas, vidutinio panašaus dydžio morkas apsemkite vandeniu, šiek tiek pasūdykite ir virkite kol pradės minkštėti. Nupilkite vandenį ir palikite pravėsti. Tuomet, nulupkite ir supjaustykite kubeliais.

3. Susipjaustykite vidutinio dydžio svogūną. Į sietą išberkite grybus, kad nusivarvėtų. Pasiruoškite aliejų, pipirus, mairūną, majonezą. Kai jau visi ingredientai paruošti ir “po ranka” kaiskite didelę keptuvę. Turi viskas tilpti ir dar likti vietos maišymui.

4. Pasikaitinkite šlakelį aliejaus (aš viską kelpu su extra virgin alyvuogių aliejum) ir apsikepkite svogūnus kol lengvai karamelizuosis. Berkite morkas. Jei trūksta aliejaus, šiek tiek įpilkite, bet nepadauginkite, nes jis visas liks mišrainėje. Morkas apkepkite kol ims geltonuoti. Papipirinkite, įberkite mairūną. Beje, mairūnas čia daro stebuklus. Bandžiau berti provanso žoleles, skanu, bet ne visai tai.

5. Toliau pupos, jų ilgai kept nereikia. Aš kaitlentę išjungiu iškart kai įmaišau. Viskas! Kepimas baigtas.

6. Į pravėsusią masę suberkite grybus ir įmaišykite šaukštą majonezo. Majonezas čia pagalbinis ingredientas, skanu ir be jo, bet nedidelis kiekis viską suriša. Jokiu būdu nepadauginkite, nereikia, juk jau mišrainėje yra aliejaus, keptų svogūnų, žolelių.

Pastabos

Mišrainė patiekiama šalta, bet man labai skani ir vis dar šilta. Puikus sotus patiekalas darbo pietums, bemėsiams pirmadieniams ar kai reikia minią pamaitinti.

P.S. negaminau su konservuotomis pupomis. Pabijojau, kad jos subyrės į košę. Bet, kas žino Gal reikia bandyti berti į sietą, perplauti po vandens srove ir palikt nusivarvėti. Na ir atsargiai maišyti, kad nesusitrintų.

---

linagamina
SKANAUS MAISTO UŽRAŠAI

Gaminkime kartu!

Daugiau skanių atradimų
Instagram Facebook

© 2026 Lina gamina · linagamina.lt