



## Vieno kąsnio sumuštinukai

### Ingredientai

- 2 Šaukštai THOMY mėsainių padažo
- 6 Riekės Įvairių grūdų duonos
- 2 Kiaušinis, visas, kietai virtas
- 150 g Varškės sūris su grietinėle ir vaisiais
- 140 g Šalto rūkymo kumpio
- 3 Skiltelės Pluoštelio laiškinių česnakų
- 1 a.š Prieskoniai, aitriosios paprikos milteliai
- 2 Šaukštai Šviežių petražolių

### Instrukcija

1. Kietai virtus kiaušinius ir varškę sutarkuokite tarka. Smulkiai supjaustykite petražoles ir susmulkinkite česnako skilteles, tada viską sumaišykite dubenyje. Įdėkite padažo ir, jei reikia, čili dribsnių. Gerai išmaišykite.
2. Paruoštą mišinį tolygiai užtepkite ant duonos riekės. Uždenkite kita duonos riekele ir švelniai prispauskite. Supjaustykite į kelias dalis.
3. Ant viršaus uždėkite gražiai susuktą šoninės riekelę. Pasirinktinai galite naudoti medinį ar kitokį pagaliuką, kad viskas laikytųsi kartu. Jei pageidaujate nenaudoti lazdelių, ant viršaus tiesiog uždėkite šoninės gabalėlį.

25 Minutės

4

Angliavandeniai	20.46 g
Energija	281.19 kcal
Riebalai	11.91 g
Baltymai	22.76 g