III savaitė TREČIADIENIS

Nuotraukose pateikiama, kaip turi atrodyti karštas patiekalas, garnyrai, daržovės ir salotos yra pasirenkami

Žuvies (lydekų ir lašišų) file paplotėlis



Troškinta jūros lydeka grietinėlės padaže



Tilapijos filė kepsnys



Daržovių troškinys pomidorų ir augalinės grietinėlės (15%) padaže



Varškės sklindžiai

