

Deciji rucak



težina: **lako**

za: **0** osoba

vreme pripreme: **30** min

Sastojci

Potrebno je:

- **250 g** lososa ribljeg fila bez kostiju,
- može i file od neke bele mesnate ribe
- **1 kocka** supe sa povrćem

I još:

- **1 mala šoljica (od kafe)** kuvanog pirinca
- **400 g** spanaca
- **1 srednja** šargarepa (sitno rendana)
- **1 cenbelog** luka, (presanog)
- **1 manja glavica** crnog luka (sitno seckanog)
- **1 jaje**
- **100-150 ml** pavlake za kuvanje (moja je bila od 12 %)
- **2 kašike** obične pavlake

Priprema

U pola litre vode, raskuvajte kocku od supe pa ubacite riblje file. Meni je trebalo samo 10 minuta da skuvam losos, a ako koristite drugu vrstu ribe, morate sami oceniti. Ako kuvate losos obavezno smanjite vatru na pola, od najjačeg da se fileti ne raspadnu.

Prvo pripremite pirinac. Ja sam danas prvi put skuvala pirinac u mikrovalnoj, koristila sam "micropower - chilled" na 7 minuta. Jednom sam samo otvarala da promešam. Mnogo sam zadovoljna, jer sam izbegla lepljenje

pirinca za šerpu i da mi voda kipi po šporetu. Na maslinovom ulju upržite crni luk, dodajte šargarepu i beli luk. Spanac može biti u listovima (kao moj), a može i sitno seckani, koji dodajete kad se luk i šargarepa uprže. Posle 3-4 minuta dodajte i kuvani pirinac uz stalno mešanje. Zatim pavlaku za kuvanje i malo vode, ako je baš pregusto i lepi se za šerpu. Kad se i pavlaka sjedinila umešajte jaje, so i biber po želji. Mešajte da se jaje skroz ujednaci. Skinite sa ringle, da se prohladi.

Kad se jelo skoro ohladilo, dodajte kašiku ili dve pavlake. Servirajte na tanjiru sa ribom. Prijatno!

Savet

I: U supu u kojoj se kuva riba možete dodati i krišku limuna da se eliminiše miris ribe, ako vam smeta. II: ja sam u pirina pored zaina dodala i pola kašičice paradajz pirea i malo tenog zaina za supu, radi boljeg ukusa.