

Tikvice na najzdraviji nacin



težina: **lako**

za: **5 osoba**

vreme pripreme: **20 min**

Sastojci

Potrebno je:

- 2 tikvice
- **malosuvog** biljnog zacina
- **malo**aleve paprike
- **malo** belog luka u granulicama
- **malosvežeg** peršuna
- **malo**origana
- **1 parce**papira za pecenje
- **1**jaje

Priprema

Iseckati tikvice na kolutove jednake debljine. Jaje blago umutiti viljuškom.

Provuci svaki kolut kroz jaje, pa reati na pleh na koji ste stavili papir za pecenje. Posuti sve tikvice svim navedenim zacinama. Možete dodati još neki zacin koji volite ili izbaciti neki koji vam se ne svia. Peci u rerni na 180 stepeni oko 10-15 minuta, dok ne postanu mekane.

Savet

Tikvice pripremam uvek na ovaj nacin, jer se ne koristi ulje i ne upijaju nepotrebnu masnou.