

Heljda kao poslastica



težina: **lako**

za: **1 osoba**

vreme pripreme: **25 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **1/2 šolje** heljde
- **2 kašicice** cimeta
- **1** jabuka
- **1/2 šolje** divljih kupina
- **1/2 šolje** seckanih šljiva
- **2 kašicice** džema od smokve

Priprema

Odmeriti pola šolje heljde u zrnju pa isprati vodom. Staviti u šerpicu naliti duplo više vode i staviti da provri. Kuvati 15 minuta od trenutka kada pocne voda da ključa.

Kuvanu heljdu ocediti od vode, dodati cimet, saseckane šljive, divlje kupine i saseckanu jabuku. Sve zasladiti sa malo džema od smokve koji se odlicno slaže sa ostalim sastojcima.

Savet

Jedna jako zdrava poslastica ili obrok :)