

Heljda sa jabukom i orasima



težina: **lako**

za: **1** osoba

vreme pripreme: **20** min

Sastojci

Potrebno je:

- **1/2 šoljeheljde**
- **1jabuka**
- **1/2 šoljeseckanih oraha**
- **2 kašicicecimet**
- **2 kašicicemeda**

Priprema

Heljdu u zrnu isprati pod mlazom vode, naliti drugom i staviti u manjoj šerpici da se kuva. Kuvati oko 15 minuta od trenutka kada pocne da kljuca.

Kuvanu heljdu ocediti od vode. Dodati rendanu jabuku, seckane orahe, cimet i med pa sve sjediniti.

Savet

Dekorirati sa par oraha i uživati u enrgetskoj, zdravoj poslastici :)