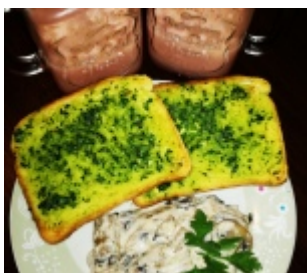


Šareni obrok



težina: **srednje**

za: **1 osoba**

vreme pripreme: **30 min**

Sastojci

Tost hleb sa belim lukom:

- **2** cenabelog luka
- **2** krisketost hleba
- **1** kockicamargarina
- **po ukusu**peršun

Smoothie:

- **1** pomelo
- **1 šaka** jagoda

Šampinjoni:

- **1** pavlaka za kuvanje
- **1 pakovanje**šampinjona
- **po potrebi**soli

Priprema

U sokovniku pomešati jagode i pomelo i dobro izblendati.

Sitno naseckan peršun i beli luk pomešati sa margarinom i premazati kriške tost hleba, zatim peci u rerni nekih 7-8 minuta.

Dinstati šampinjone na ulju i pred kraj dodati pavlaku za kuvanje i soli po potrebi.

Savet

Beli luk mozete dozirati sami po ukusu.