

Žitarice sa zacinama



težina: **lako**

za: **4** osoba

vreme pripreme: **30** min

Sastojci

Potrebno je:

- **50** g integralnog pirinca
- **50** g proso
- **50** g heljde
- **50** g govsenih pahuljica
- **1** glavica crnog luka
- **1** kašikasitno rendane šargarepe
- **1** kašikasitno rendanog paškanata
- **1** kašikasitno rendane zeleni
- **1** kašicicamorske soli
- **1** kašicicaaleve paprike

Zacini

- **1** kašikasušenog peršunovog lista
- **1/2** kašicicemajorana
- **1/2** kašiciceorigana
- **1/3** kašicicebosiljka
- **1/4** kašicicebelog bibera
- **1/2** kašicicebelog luka u prahu

Priprema

Žitarice dobro oprati, osim pahuljica. Prvo staviti integralni pirinac da se kuva. Nakon desetak minuta kuvanja, dodati proso i heljdu. Kuvati dok žitarice ne omekšaju, a nakon toga dodati pahuljice i sitno rendanu šargarepu,

zelen i paškanat. Prokuvati još oko pet minuta.

Na malo ulja propržiti sitno seckan luk dok ne porumeni. U to dodati alevu papriku, propržiti nekoliko sekundi, pa dodati kuvane žitarice i so.

Sve sastojke koji su navedeni u zacinima dobro izmešati. Odvojiti jednu kašičicu za posipanje prilikom služenja. Ostatak sipati u prethodno pripremljenu smesu i dobro izmešati.

Savet

Ovako pripremljene žitarice možete koristiti kao prilog nekom mesu ili ribi.