

Heljda, šargarepa i blitva



težina: **lako**

za: **5** osoba

vreme pripreme: **25** min

Sastojci

Potrebno je:

- **50** g crnog luka
- **2** kašikeulja
- **300** g šargarepe
- **1** šoljastirane heljde
- **3** listablitve
- **po ukusu**so, biber, beli luk, kari, umbir

Priprema

Crni luk sitno iseckati i pržiti na vrelom ulju dok ne porumeni. Ddodati iseckanu šargarepu, heljdu i dve šolje vode. Kuvati desetak minuta, pa dodati iseckanu blitvu i zacine. Po potrebi dodati još vode, u zavisnosti od toga koju gustinu želite. Kuvati još oko 5 minuta dok heljda skroz ne omekša. Ovako pripremljenu heljdu možete služiti uz bilo koje meso ili uz grilovan tofu, u zavisnostzi od toga da li ste vegetarijanac, da li postite ili ne.

Savet