

Prolecna rapsodija sa tikvicama



težina: **lako**

za: **2 osoba**

vreme pripreme: **50 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **1 struk**praziluka
- **2**šargarepe
- **1**manji krompir
- **3**tikvice srednje velicine
- **maloparadajz** soka
- **1- 2**paprike
- **1** šoljapirinca
- **50 g**posnog kackavalja
- **po ukususoli** i bibera
- **po ukususuvog** biljnog zacina
- **po potrebi**ulja

Priprema

Tikvice oljuštiti, posoliti, poklopiti i ostaviti petnaestak minuta da puste vodu. Za to vreme, povrce naseckati na sitnije komade(ili narendati). Svaku od tikvica iseci na manje komade, sredinu izdubiti nožem. Izdubljeni deo dodati pripremljenom povrću. Staviti praziluk da se dinsta, nakon nekoliko minuta dodati šargarepu, a zatim i ostalo povrće(krompir, izdubljeni deo tikvica, papriku, sok paradajza). Nakon nekoliko minuta dodati i pirinac, naliti malo vode i ostaviti da se krcka nekoliko minuta. Posoliti i dodati začine po želji.

Pripremiti vatrostalnu ciniju, nauljiti je. Tikvice puniti pripremljenim filom, a ostatak fila rasporediti izmeu tikvica. Naliti sa malo vode i staviti da se pece na 200 stepeni oko 20- 30 minuta. Nakon tog vremena, povrce posuti rendanim kackavaljem i vratiti u rernu da se sir zapece. Služiti toplo. Jedno izuzetno ukusno i zdravo jelo od povrca, a prednost mu je i brza priprema.

Savet