

orbica sa povrćem i vrganjima za post na vodi



težina: **lako**

za: **3 osoba**

vreme pripreme: **20 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **100 g** pasterizovanih ili svežih vrganja
- **1 šoljica** pecenih semenki suncokreta
- **1/2 šoljice** susama pecenog
- **1 šoljica** sušenog povrća
- **1/2 korena** rendanog celera
- **1 pregršt** širokih posnih rezanaca
- **1 kašika** brašna
- **malo** aleva paprike
- **malo** bibera
- **7 dl** vode
- **nekoliko grancica** sveže majcine dušice

Priprema

Posudu u kojoj ćete spremati corbicu, stavite na vatru da se zagreje, sipajte prvo semenke suncokreta i susama i još malo ih propecite, dodajte kašiku brašna, malo promešajte da brašno dobije krem boju. Sklonite sa vatre i onda dodajte alevu papriku, sušeno povrće, narezane vrganje i narendan celer. Sve lagano kašikom promešajte i nalijte sa 7 dl hladne vode. Vratite posudu na vatru i pustite da vri poklopljeno desetak minuta, zatim dodajte pregršt rezanaca, posolite i zabiberite po Vašem ukusu. Kuvajte još desetak minuta, pospite sušenim ili svežim peršunom i grancicama majcine dušice.

Veoma je ukusna i hranljiva, jako je dobra ako se kod služenja u šoljicu doda i kašičica limunovog soka.

Savet