

Bamija u povrću (za post na vodi)



težina: **lako**

za: **4 osoba**

vreme pripreme: **20 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **2 glavice**crnog luka
- **1 veka**šargarepa
- **300 g**spanaca
- **2 cen**abelog luka
- **300 g**bamije
- **2 kašike**gustina
- **1 kašik**azacina
- **po želji**bibera

Priprema

Crni luk sitno iseckati, staviti ga u šerpi sa malo vode "da se dinsta" zatim dodati i na kockice iseckanu šargarepu. Sve dinstati oko 10 minuta zatim dodati spanac sitno iseckan i beli luk - dodati i zacine pa na kraju dodati i bamiju. Dinstati još 10 minuta pa na kraju izmešati gustin sa malo vode pa dodati corbici. Dobro sve izmešati i servirati po želji...

Savet