Heljda sa jabukom i orasima



težina: **lako**

za: **1** osoba

vreme pripreme: **20** min

Sastojci

Potrebno je:

- **1/2 šolje**heljde
- **1**jabuka
- **1/2 šolje**seckanih oraha
- **2 kašicice**cimeta
- **2 kašicice**meda

Priprema

Heljdu u zrnu isprati pod mlazom vode, naliti drugom i staviti u manjoj šerpici da se kuva. Kuvati oko 15 minuta od trenutka kada pocne da kljuca.

Kuvanu heljdu ocediti od vode. Dodati rendanu jabuku, seckane orahe, cimet i med pa sve sjediniti.

Savet

Dekorisati sa par oraha i uživati u enrgetskoj, zdravoj poslastici :)