

Supa od jecma



Sastojci

Potrebno je:

- 250 - 300 g geršle - oljuštenog jecma
- 1 koren peršuna
- 1 veza peršunovog lista
- 1 veza mladog crnog luka
- 1 kašicica kima
- 1 veka šargarepa
- 1 kašicica morske soli
- 1 celer (koren i list)

Priprema

Dobro oprati jecam i potopiti ga preko noci u 1/2 l vode. Kuvati u istoj vodi i na tihoj vatri oko 1 sat dok ne omekša.

Narendati povrce i dodati jecmu.

Zaciniti i ostaviti da odstoji 10-15 min.

Jesti na prazan stomak i ne mešatisa ostalom hranom najmanje 2 sata.