

# **Piletina, povrce, heljda**



težina: **lako**

za: **1 osoba**

vreme pripreme: **30 min**

## **Sastojci**

### **Potrebno je:**

- **3 kašikezrna heljde**
- **1 šniclapilec eg belog mesa**
- **200 gmešavine povrca**
- **po ukusu soli**
- **po ukusu bibera**
- **malo majcine dušice**
- **po ukusukarija**
- **prstohvat bosiljka**

## **Priprema**

Skuvati komad piletine i kada se skuva zaciniti solju, karijem i biberom. Posebno skuvati mešavinu povrca (kod mene karfiol, krompir, grašak, šargarepa, paškanat) i posebno skuvati heljdu-prelijemo je vodom kada prokljuca zamenimo vodu i kuvamo 5-10 minuta od trenutka kada pocne da kljuca. Heljdi je potrebno jako malo vremena i jako brzo bude kuvana. Ostavimo je poklopljenu van šporeta 10-15 minuta i procedimo od vode.

Pomešamo kuvanu heljdu, povrce i usitnjenu piletinu. Dodamo zacine, izmešamo i poslužimo uz salatu po izboru.

## **Savet**

Ja sam jela sa zelenom salatom i bio je jako lep, ukusan, lagani i zdrav obrok :)