

Tikvice sa nadevom od povrca i heljde



težina: **srednje**

za: **5 osoba**

vreme pripreme: **70 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **4** tikvice
- **2-3 glavice** crnog luka
- **2-3** cenabelog luka
- **1** komorac
- **2** šargarepe
- **1** šoljica heljde
- **2 dl** paradajz soka
- **po ukusu** soli
- **po ukusu** bibera
- **po ukusu** suvog biljnog zacina
- **po potrebi** ulja

Priprema

Tikvice oljuštiti, pa im sredinu izdubiti i ostaviti sa strane. Crni i beli luk i komorac sitno iseckati. Šargarepu narendati. Na ulju najpre propržiti crni i beli luk, pa im dodati komorac i nastaviti sa dinstanjem. Zatim dodati i iseckanu sredinu tikvica i rendanu šargarepu i sve zajedno dinstati. Po potrebi naliti sa malo vode.

Kada je povrce malo omekšalo, dodati heljdu, naliti paradajz sokom i kuvati dok heljda ne omekša. Po potrebi nalivati pomalo vode tokom kuvanja.

Fil malo prohladiti, pa njime puniti sredinu izdubljenih tikvica. Ukoliko fila preostane, rasporediti ga izmeu.

Sve staviti u rernu zagrejanu na 200 stepeni, pa peci oko 40 minuta dok tikvice ne omekšaju, a fil ne bude dobro skuvan.

Savet

Služiti uz kiselo mleko.