

Zapečena heljda



težina: **lako**

za: **1 osoba**

vreme pripreme: **45 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **1 manja šoljica** heljde
- **1 jaje**
- **1 čaša** kisele pavlake (12%)
- **1/2 glavice** crnog luka
- **po ukusu** svežeg peršuna
- **1/2 kašičice** karija
- **malobibera**
- **po ukusu** soli
- **malo** ulja

Priprema

Heljdu oprati i naliti vodom, pa staviti da prokljuca. Kada prokljuca zameniti novom vodom i staviti da se heljda skuva. Kada zrna omekšaju poklopiti šerpicu i ostaviti 10 minuta.

Za to vreme u secku usitniti luk na sitno, pa dodati i sveži peršun i usitniti (ja sam dodala i malo svežeg bosiljka). U ciniju pomešati pavlaku i jaja.

Heljdu, ako nije upila svu vodu, ocediti i dodati joj saseckani luk sa peršunom, kari, biber i so. Sjediniti. Malu šerpicu ili vatrostalnu posudu nauljiti, vrlo malo i sipati heljdu. Preliti pavlakom i jajima i viljuškom malo izbockati i promešati da preliv ue unutra.

Zapeći u zagrejanj rerni na 180-200C i poslužiti toplo. Ja sam spremala samo za sebe u baš maloj šerpici tako

da onako zapečeno volim da jedem iz iste. :) Preko zapečene možete dekorisati sa još malo pavlake.

Savet

Prijatno :)