

Dinstano povrce sa kinom



težina: **lako**

za: **2 osoba**

vreme pripreme: **40 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **100 g**kinoe
- **300-400 g**mix povrca (koje volite)
- **po ukusu**suvi biljnini zacin
- **po ukusu**biber
- **po ukusu**umbir
- **po ukusu**so
- **1 kašika**ulja
- **2,6 dl**vode

Prilog:

- **po ukusu**pavlaka
- **po ukusu**kecap
- **po ukusu**majonez

Priprema

Sipati kašiku ulja i dl vode pa dodati povrce, poklopiti i dinstati 7-8 minuta. U drugu posudu sipati kinou i 1,6l vode, na jaku vatru dok provri pa smanjiti i kuvati još desetak minuta i skloniti. Povrce zaciniti i posoliti pa servirati zajedno sa kinom. Dodati priloge.

Savet

Ja sam koristila mix (brokoli, karfiol, šargarepa i boranija).