

Pihtije



težina: **tesko**

za: **4** osoba

vreme pripreme: **180** min

Sastojci

Potrebno je:

- 2 **svež**esvinjske nogice
- 1 **suva**esvinjska nogica
- 2junece suve nogice
- 1suva svinjska kolenica ili butkica
- **po ukusus**o
- **po ukus**ubeli luk
- aleva paprika

Priprema

Oprano meso staviti u lonac, naliti vodom i kuvati 3-4h da se dobro skuvaju tj. dok meso ne pocne da se odvaja od kostiju. Procediti (tecnost sacuvati), meso isitniti i raspodeliti u plice sudove i dodati sitno iseckan beli luk. Preko ovako rasporeenog mesa i belog luka, naliti tecnost, ostaviti na hladno mesto (ne frižider) da se pihtije stegnu. Pre serviranja, posuti alevom paprikom, po želji sitno iseckanim peršunom, iseci i služiti.

Savet

Deluje udno, ali pihtije su potpuno dijetalna hrana. U njima nema nieg što je kalorino. Ako ih jedete bez hleba, možete se siti najesti, a neete dobiti ni gram na težini. Ja ih volim sa puno mesa i jedem ih bez hleba.