



ZDRAVKO LIDL
IGRIVO UČENJE ZA ZDRAVO ŽIVLJENJE

Zrezek iz cvetače

Sestavine:

- cvetača
- arašidi
- mediteranske začimbe
- mleta sladka paprika
- olivno olje
- malo mleka in masla

Priprava:

Cvetačo nareži na 2-3 cm debele rezine. Položi jih na pladenj. Manjše koščke skuhaj do mehkega. Zmešaj papriko in olivno olje ter premaži cvetačne rezine in jih začini z mediteranskimi začimbami. Peci jih v pečici pri 180 stopinjah Celzija 45 minut.

Manjše kuhane koščke cvetače ocedi in zmešaj skupaj z maslom in mlekom v cvetačni pire. Sesekljaj arašide in jih popraži na maslu. Na krožnik dodaj cvetačni pire, nanj daj cvetačni zrezek in vse skupaj posuj z arašidi.

Dober tek!