

ĐUVEČ SA POVRĆEM

Sastojci:

- ❖ 500gr pilećeg belog mesa
- ❖ 2 veće glavice crnog luka
- ❖ 1 struk praziluka
- ❖ 2 veće šargarepe
- ❖ 3 paprike
- ❖ 1 srednja tikvica
- ❖ 1 manji patlidžan
- ❖ 4 veća paradajza
- ❖ 3 srednja krompira
- ❖ 1 šoljica graška
- ❖ 1 šoljica kukuruza šećerca
- ❖ 1 šoljica integralnog pirinča
- ❖ 1 vezica peršuna
- ❖ malo maslinovog ulja
- ❖ kalijumova (himalajska) so, biber
- ❖ lovorov list, mirođija I ruzmarin po ukusu



Priprema:

1. Belo meso isecite na manje kocke, crni luk, praziluk i šargarepu takođe na kockice.
2. U odgovarajuću šerpu sipajte malo maslinovog ulja, pa kratko propržite sve zajedno.
3. Kada meso promeni boju, a luk i šargarepa se lepo prodinstaju, sklonite sa ringle.
4. Ostalo povrće operite i očistite, pa isecite takođe na kockice, a potrudite se da budu jednake (približne) veličine.
5. Grašak, kukuruz i pirinač samo lepo operite (naravno).
6. Dodajte sada u šerpu sa mesom i lukom, pa prodinstajte sve zajedno sada, samo na 1-2 minuta, da se ukusi izmešaju.
7. Sada dodajte začine, pa promešajte i sklonite sa ringle.
8. Potom meso sa povrćem prebacite u odgovarajuću tepsiju, koju ćete prethodno nauljiti sa malo maslinovog ulja.
9. Na kraju sve nalijte sa malo vode.
10. Vode dodajte koliko da povrće ogrizne, pa ubacite tepsiju u rernu zagrejanu na 200°C.
11. Pecite đuveč oko 30 minuta, odnosno dok svi sastojci fino ne omekšaju, i dok ne osetite jak i aromatičan miris.
12. Izvadite iz rerne pa ostavite da se malo prohladi pre nego što poslužite.
13. Poslužite toplo uz salatu po izboru i uživajte!



Prijatno!