Bulgur s pečenim povrćem

NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema

VRIJEME PRIPREME
30 - 60 min

BROJ PORCIJA
4

BROJ NAMIRNICA
10

Sastojci

300 g bulgura
150 g cikle
200 g mrkve
200 g korabe
200 g celera
100 ml maslinovog ulja
200 ml povrtnog temeljca
sol, papar iz mlinca
1 – 2 grančice majčine dušice

Bulgur skuhajte u posoljenoj vodi, u omjeru 1:2, začinite s 30 ml maslinovog ulja.

Ciklu, mrkvu, korabu i celer ogulite i narežite na kocke. Povrće stavite u posudu za pečenje, posolite, pokapajte uljem, podlijte temeljcem, pecite na 180 °C oko 30 minuta.

Spojite bulgur i pečeno povrće, začinite okretom svježe mljevenog papra, ukrasite grančicom majčine dušice i poslužite.

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici