

Maneštra od mladog kukuruza

Autor: Elda



Maneštra od mladog kukuruza

Sastojci

240 g mladog kukuruza
120 g crvenog graha
240g krumpira
60 g domaće slanine
100 g kosti od pršuta
30 g češnjaka
15 g soli
2 g papra
5 g peršina
list lovora

Način pripreme

U lonac stavimo kuhati grah i kost od pršuta.

Kost pršuta se prethodno očisti i prokuha u vodi.

Kada je grah gotovo kuhan, doda se mladi kukuruz (ukoliko upotrebjavamo konzervirani, može se dodati i kasnije), zatim pešt (slanina, češnjak i peršin sitno isjeckan) te krumpir, cijeli li narezan na sitne kockice.

Kada je sve kuhano, izvadi se kost od pršuta, a meso očistimo i narežemo te ponovo vratimo u maneštru.

Krumpir se zgnječi (ako je cijeli) te se začini prema potrebi.

Sa solju moramo biti oprezni jer kost od pršuta je slana i paprena.

Ostale napomene

Nakon 15 minuta stajanja maneštra se može poslužiti.

Vrijeme pripreme	preko 2,5 sata	Priprema	jednostavno
Porcije za	4 osobe	Kolesterol	
Ovo jelo je iz okolice		Cijena pripreme	
Vegetarijansko	Ne	Laktoza	Ne
Dijetno	Ne	Bez glutena	Da
Calorie		Kilodžuli	
Masnoća		Bjelančevine	
Proteini		Karbohidrati	