



Čorbasti grah

Sastojci

- 300 g grah
- 300 g suho goveđe meso
- 2 luk
- 1 mrkva
- 2 žlice suncokretovo ulje
- 4 g crvena začinska paprika
- 4 g biber
- 30 g brašno
- 1 tsp MAGGI magija okusa

Uputstvo

1. Opran grah stavite u lonac i prelijte vodom pa ostavite da nabubri preko noći.
2. Ocijedite grah i sipajte novu vodu pa stavite da voda proključa.
3. Ponovo ocijedite grah i sipajte novu vodu pa stavite da se grah lagano kuha.
4. Grah kuhajte oko 2 sata dok potpuno ne omekša, a na pola kuhanja dodajte sitno sjeckanu mrkvu i suho meso.
5. Pred kraj kuhanja graha, pripremite zapršku: isjeckajte sitno luk i propržite ga u tavi na malo ulja. Dodajte brašno, mljevenu papriku i MAGGI magiju okusa pa pržite dok brašno ne promijeni boju i sjedini se sa masom.
6. Dodajte zapršku u grah, pobiberite i sve dobro promiješajte. Poklopite šerpu i ostavite da se kuha još 5-10 minuta.

Hranjiva

Ugljikohidrati	53.02 g
Energija	454.76 kcal
Masti	9.22 g
Bjelančevine	41.78 g

⌚ 885 miuta

⊕ 4 porcije