

HELPIANSKE TRHANCE

Suroviny:

500g fličky
3ks väčšie zemiaky
100g bryndza
100 údená slanina
1 cibuľa
olej, soľ



Postup: Zemiaky si očistíme, nakrájame na kocky a dáme variť do slanej vody. Uvaríme si cestovinu(fličky) tiež v slanej vode. Do misky si dáme bryndzu uvarené zemiaky a cestovinu. Na masle s trochou oleja popražíme si cibuľu, ktorú zmiešame so zemiakmi, cestovinou a bryndzou. Na vrch porcie dáme upraženú slaninku a môžeme posypať pažítkou.

BRYNDZA

Bryndza to je poklad veľký,
pre malých i tých veľkých.
Navaríme obed fajný
aj pre naše staré mamy.

Slovenský poklad pre zdravie je bryndza. Je silným probiotikom. Je vynikajúca na kosti, čistí krv a je to prírodné antibiotikum. Najlepšia je vyrobená v máji.

Dobrá chuť!