

Zdrave zelenjavne ribice



Sestavine (za 2 ribici):

- 2 rezini polnozrnatega kruha
- 3 žlice kisle smetane
- Sveža zelišča (drobnjak, peteršilj, bazilika, pehtran, itd.)
- Po okusu kapljica ali dve limoninega soka
- Sol
- 1 bio stebelna zelena
- 1 bio kumara
- 1 bio korenček
- 1 bio paprika

Priprava:

1. Iz vsake rezine kruha s kozarcem izrežemo krog in nato z nožem še dva trikotnika, tako da lahko sestavimo dve ribici z repkom.
2. Namaz iz kisle smetane z zelišči pripravimo tako, da sveža zelišča nasekljamo in jih dodamo kisli smetani, premešamo ter po okusu solimo (lahko dodamo tudi kapljico ali dve limoninega soka).
3. Zelenjavo operemo, očistimo oziroma olupimo ter narežemo na tanke rezine.
4. Kose kruha premažemo z namazom in okrasimo z narezano zelenjavo, tako, da kruhova ribica dobi še barvno podobo.

