Тавче гравче

Состојки

- 500 гр грав
- 250 гр праз
- 3 моркови
- 1 пиперка
- 3 гр бибер
- 5 гр MAGGI Мешан Зачин
- 10 гр брашно

Упатство

1. Гравот исчистете го и сварете го два пати со менување на водата.

2. По варењето пропржете праз и ситно сечкан морков па додадете го вариениот грав.

3. Со добро мешање пржете ги сите состојки на тивок оган, па во нив додадете брашно, MAGGI магијата на вкусот, бибер, малку мелена црвена блага пиперка.

4. Состојките пресипете ги во плех и запечете ги во рерна 15-ина минути на 200 степени.

Јаглехидрати	61.13 g
Енергија	265.39 kcal
Масти	1.77 g
Протеини	12.43 g

45 Мин

4 делови