

Potaž i camcici od tikvica



težina: **srednje**

za: **4** osoba

vreme pripreme: **90** min

Sastojci

Potaž od tikvica:

- **1** vecatikvica
- **1**krompir
- **2** šargarepe
- **1**luk ili praziluk
- **5 kašika**pavlake ili mleka
- **oko 500 ml**vode
- **malosoli**
- **malobibera**
- **malobosiljka**
- **maloumbira**
- **maloperšuna**

amcici od tikvica:

- **3** manjetikvice
- **oko 600 g**belog mesa
- **1**luk
- **malobelog** luka
- **2**paradajza
- **200 g**kackavalja
- **po želji**pavlake
- **so**
- **biber**
- **origano**

- bosiljak

Priprema

Potaž od tikvica: Luk ili praziluk sitno iseckamo i propržimo na malo ulja. Kada je luk staklast dodajemo povrce (tikvice, krompir, šargarepu) koje smo isekli na kockice. Nalijemo sa oko 500ml vode. Ne treba previše vode jer i tikvice puste, a i corba treba da bude gusta. Dodamo zacine sve sem peršuna njega cemo na kraju i kuvamo oko 20 tak minuta. Kada je povrce gotovo uzimamo štapni mikser i izblendiramo tako da se dobije gusta kaša. Ako vam je pregusto dodati malo mleka pa vratiti na ringlu još malo. Po želji se može dodati odmah pavlaka ili kasnije posebno u tanjir. Odozgo ukrasimo peršunom. Jako je ukusna, a pre svega zdrava, zacini joj daju još lepši ukus.

amcici od tikvica: Tikvice presecemo po dužini i izdubimo unutrašnjost tako da dobijemo kao camce. Na ulju propržimo luk pa dodamo i beli luk. Kada postanu staklasti dodajemo belo meso koje smo isekli na sitne kockice ili trake. Dok se meso prži paradajz isecemo isto na kockice. Kad je meso vec skoro gotovo dodamo paradajz da se sve sjedini pa sve lepo zacinimo. Može se odmah dodati i par kašika pavlake to zavisi od ukusa najbolje probati smesu. amcice punimo mesom, a odozgo pospemo rendanim kackavaljem. Umesto kackavalja može se izmrviti i feta sir. Pleh obložiti pek papirom. Peci u zagrejanj rerni na 250 C oko 20-30 minuta dok ne porumeni. Prijatno!

Savet

Ovaj ruak može biti skroz dijetalan jer su tikvice niskokalorične kao i belo meso. Onda nemojte dodavati pavlaku i kakavalj.