

Juneca kolenica u prešnom povrcu & kozji sir



težina: **lako**

za: **2 osoba**

vreme pripreme: **90 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **500 g**junece kolenice bez kosti
- **2 kašikem**maslinovog ulja - za dinstanje
- **malosoli**
- **1paradajz**
- **1šargarepa**
- **1krastavac**
- **manjicomad** korena celera
- **manjicrveni luk**
- **2-3 kašike**umebosi sirceta
- **maloperšuna** - list

Prilog:

- **100-150 g**kozjeg mladog sira

Priprema

Junecu kolenicu iseci na tanje šnite, poreati u tiganj sa uljem.

Dinstati poklopljeno, dok meso potpuno ne omekša, na srednjoj temperaturi, oko 40-tak minuta.

Povrce: sargarepu i koren celera izrendati na sitno rende, ostalo povrce seci na kocke, dodati sirce, pomešati, dodati seckan list peršuna.

Na tanjur servirati tople šnicle kolenice, povrce i kozji sir, pa preliti sosem od mesa.

Savet

Umebosi sire je pravljeno od "umebosi šljive" izuzetno je zdravo, ukusno i veoma zastupljeno u kineskom jelovniku kao i u makrobiotikoj ishrani. Može se nai u prodavnicama zdrave hrane.