

Kajgana sa heljdom



težina: **lako**

za: **1 osoba**

vreme pripreme: **30 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **1 mala šoljica** heljde u zrnju
- **1 vece** jaje
- **malobibera**
- **malosoli**

Priprema

Heljdu potopimo u vodi, promešamo i sve što ispliva na površini odbacimo. Nalijemo vodom i stavimo da provri. Posle par minuta vrenja zamenimo vodu i kuvamo da zrno omekša. Poklopimo i ostavimo 15 minuta da heljda upije vodu, a ostatak ocedimo. Zacinimo solju i biberom. Ubacimo jedno jaje i na vrućem šporetu mešamo da jaje sve poveže kao kada pravite kajganu sa salamom npr. U zavisnosti od posude u kojoj pripremate ako je potrebno zagrejte malo ulja, dodajte heljdu i ubaciti i jaje da se uprži, ako vam se posuda ne lepi možete i izostaviti ulje.

Savet

Poslužiti uz salatu po izboru (paradajz, kupus...) Može se jesti i sa keapom ili jogurtom. Kao i sa sirom. Ko voli, može propržiti malo luka, zatim ubaciti heljdu i jaje. Prijatno :)