



Sarme

Sestavine

- 500 g mleto meso
- 100 g riža
- 10 g paprika
- 20 listi/listov kislo zelje
- 50 g MAGGI fix za polnjene paprike in sarmu

Navodilo

1. MAGGI idejo za sarmo raztopite v 100 ml mlačne vode in pustite stati deset minut.
2. Mešanico zmešajte z mesom in predhodno opranim rižem.
3. Žličico nadeva položite na zeljni list, oblikujte sarmo in začinite s papriko. Sarme polagajte v posodo, nato pa jih prelijte z vodo, dokler niso povsem prekrite.
4. Sarme najprej kuhajte do vretja, nato pa na zmernem ognju naslednjih 90 minut v napol pokritem loncu. Po želji dodajte lovorjev list.

Хранителна

| | |
|-------------------|------------|
| Ogljikovi hidrati | 24.27 g |
| Energija | 261.5 kcal |
| Maščobe | 4.06 g |
| Beljakovine | 30.17 g |

125 Мин

4 porcije