

Cvekla – crveno blago: Nova epizoda Gastronomada u ponedjeljak, 12. aprila, u 12:20, na RTS 1

Cvekla potiče sa Mediterana, a prvi zapisi o njenim lekovitim i kulinarskim svojstvima potiču još iz mesopotamskih izvora. Stari Rimljani prvi su je kultivisali, a znali su i za blagorodan uticaj lišća cvekle. Od davnina se smatralo da zbog jarko crvene boje i visokog sadržaja gvožđa, vitamina B12 i joda pročišćava krv, usporava starenje i popravlja krvnu sliku. Napoleon je čak otvorio i institut za izučavanje cvekle, jer se još od antičkog doba veruje da ubrzava zarastanje rana.

Cvekla se koristi u kuhinjama većine evropskih i azijskih naroda. Od nje se prave okrepljujuće salate, sokovi, ukusne čorbe i variva. Naš gastronom Katarina Petrović Kaja, u novoj epizodi Gastronomada, naučiće nas kako da napravimo Julijinu salatu i namaz od cvekle i sitnog sira.

Nova epizoda Gastronomada u ponedjeljak, 12. aprila, u 12:20, na RTS 1.