

Jagnjeća džigerica u maramici: Gastronomad, nova epizoda u utorak, 29. marta, u 13:30, na RTS 1

Dok se u pojedinim kulturama upotreba iznutrica u ishrani smatra tabu temom, druge ih svakodnevno koriste. Poznato je i da se u međunarodnoj gastronomiji neka jela od iznutrica smatraju vrhunskim specijalitetima, dok se u mnogim regionalnim kuhinjama pripremaju kao deo tradicionalnih ili verskih i obrednih svečanosti. Tokom istorije bile su i jedina vrsta mesa koju su sebi mogli da priušte siromašniji slojevi. Nutricionisti kažu da su iznutrice zapostavljeni izvor proteina, ali da ih treba koristiti umereno zbog visokog sadržaja holesterola. Džigerica je najpoznatija i najčešće upotrebljavana, sa visokom nutritivnom vrednošću. Jagnjeća džigerica odličan je izvor vitamina A i B, a u našim krajevima je, zbog organskog oblika gvožđa, selena i cinka, često bila na jelovniku bolesnika i rekonvalescenata.

Naš gastronomad Katarina Petrović Kaja i Jelena Simić iz Donjeg Dubiča kod Trstenika, u novoj epizodi Gastronomada, u utorak, 29. marta, u 13:30, na RTS 1, pokazaće nam kako da pripremimo jagnjeću džigericu u maramici sa sosom od pavlake.