

# **Letnja zakuska sa punjenim krastavcima: Gastronomad, nova epizoda u ponedjeljak, 5. septembra, u 15:05, na RTS 1**

Iako se smatra povrćem, krastavac je zapravo voće. Sadrži mnoge korisne hranjive sastojke, kao i antioksidante koji mogu da pomognu u lečenju, pa čak i u sprečavanju nekih zdravstvenih stanja. Krastavci imaju malo kalorija i sadrže veliku količinu vode i rastvorljivih vlakana, što ih čini idealnim za pospešivanje hidratacije i pomaganje u gubitku kilograma.

Naš gastronomad Katarina Petrović Kaja ruši barijere ukusa, prkosi pravilima tiganja i gleda kulinarske tabue pravo u oči, a nova epizoda će pokazati svu Kajinu smelost. U ponedjeljak, 5. septembra, u 15:05, na RTS 1, Kaja nam priprema pravu letnju zakusku – krastavce punjene mlevenim mesom.