

# **Posna trpeza: Gastronomad – nova epizoda u ponedjeljak, 6. januara, u 15:55, na RTS**

Badnji dan poslednji je dan Božićnog posta i ima veliki simbolički značaj u tradiciji srpskog naroda. Poštovanje pravila posta ne mora nužno da znači ograničavanje na monotone obroke. Posna ishrana može da bude izuzetno raznovrsna i ukusna, a ima i brojne zdravstvene benefite. Naš gastronomad Nikola Vučković predstaviće gledaocima bogatu posnu trpezu, na kojoj će se naći orada pečena u rerni sa mediteranskim povrćem, miks zelenih salata sa krastavcem i čipsom od leblebija i babaganuš sa brusketima od kiselog hleba. Prijatno gledanje!