

Zelena salata – mala apoteka: Gastronomad, nova epizoda u sredu, 29. septembra, u 13:30, na RTS 1

Zelenu salatu pominjao je još starogrčki historičar Herodot kao lek protiv kašlja, astme, napetosti i nesаницe, a čuveni rimski lekar Galen zabeležio je da svako večer pre spavanja pojede po činiju ovog čudesnog povrća. Savremeni naučnici utvrdili su da je zelena salata prava mala apoteka. Bogata je vitaminima i mineralima i veoma jednostavno se priprema.

U gastronomiji se sve češće koristi u pripremanju jela sa drugim sastojcima – mesom, sirom, jajima ili drugim povrćem. U novoj epizodi Gastronomada, Katarina Petrović Kaja naučiće nas kako da pripremimo sarmice od zelene salate i pikantnu zelenu salatu sa svinjetinom.

Gastronomad, nova epizoda u sredu, 29. septembra, u 13:30, na RTS 1.