**Jetra: Postna zeljanica s koprivom**

Zdrava verzija klasične pite, bez jaja i s biljkama koje čiste jetru.

**Sastojci:**

1 šaka svježe koprive

1 šalica zobenih pahuljica

1/2 šalice biljnog jogurta

2 žlice maslinovog ulja

sol, papar

integralne kore za savijače

**Priprema:**

Blanširati koprivu, nasjeckati i pomiješati sa zobenim pahuljicama, jogurtom i začinima.

Puniti kore i zamotati kao savijaču, premazati s malo ulja.

Peći 30 minuta na 180°C dok ne porumeni.

**Savjet:**

Zob i kopriva zajedno jačaju jetru i pomažu kod kronične iscrpljenosti.