Состојки:

200 г црвен грав

200 г пченка

500 г `ржани јуфки

1 мал виолетов кромид

1 црвена бабура

1 поголем црвен домат

1 покрупна зелена пиперка

За прелив:

120 мл маслиново масло

45 мл свежо цеден сок од лимета

3 мл мед

Шарен бибер

Сол по вкус

Коријандер

Подготовка:

Гравот се остава преку ноќ да искисне во ладна вода. Наредниот ден водата му се истура, се става нова вода и се вари околу еден час (зрната не треба да омекнат премногу, треба да бидат „ал денте“).

Пченката се вари петнаесетина минути, исто така треба да биде „ал денте“, не преварена. Истовремено со пченката на друга рингла се ставаат јуфките да се варат во посолена вода.
Пиперките, кромидот и доматот се сечкаат на коцки. Сите состојки се ставаат во голема длабока чинија и се мешаат.

Во одделен сад се мешаат сокот од лимета, маслиновото масло, биберот, солта и медот додека не се добие хомогена смеса.

Јуфките се прецедуваат, се ладат и се ставаат во голем сад, врз нив се истураат измешаните пиперки, кромид и домат, се додава преливот и се промешува. По желба се зачинува со коријандер.