

# Budinca de legume



Si astazi am tot o budinca de legume pentru voi, dar un pic mai altfel, una in varianta Tupperware ☐ Coapta, molcom, intr-o forma speciala de silicon, in care am facut multe minunatii pana acum :))

0 puteti servi atat calda cat si rece! E la fel de gustoasa!

0 alta reteta cu dovlecei foarte gustoasa gasiti aici: [Budinca de dovlecei](#)

## Ingrediente pentru 6 persoane:

- 4 cepe verzi
- 2 ardei
- un dovlecel (250 g)
- 2-3 catei de usturoi
- 5 oua mari

- sare, piper
- o legatura marar proaspat, tocat
- 3 linguri ulei
- 4 linguri pesmet

Sfat: in loc de dovlecel puteti folosi o varza mica data pe razatoare.

Daca nu aveti forma de silicon dreptunghiulara de la **Tupperware**, sau o alta forma de silicon din comert, puteti folosi o forma clasica de chec, unsa cu unt. Incercati din timp daca s-a copt (de regula, se coace mai repede decat intr-o forma de silicon)

## Mod de preparare:

Taiati marunt cepele, ardeii si dovleceii:



Caliti legumele cca. 5 minute, la foc mic:



In Magic Mixer (sau intr-un oricare alt shaker) se omogenizeaza ouale, sarea si piperul dupa gust, mararul tocat (pe care il puteti inlocui cu patrunjel) si uleiul:



*Laura Sava*



*Laura Sava*



*Laura Sava*

Turnati peste amestecul de legume:



Adaugati pesmetul:



*Laura Sava*

...si amestecati totul bine:



Introduceti compositia rezultata in forma de silicon dreptunghiulara:



Coaceti budinca la temperatura medie timp de 20-25 minute:



Se lasa cca. 10 minute la racorit (cand e gata, marginile se desprind frumos de forma)



Laura  
Sava



Se rastoarna apoi pe un platou, dupa urmatorul procedeu: puneti platoul peste forma de silicon:



...si-apoi cu o miscare ferma, intoarceti platoul, astfel incat forma de silicon sa ajunga sus, iar budinca jos ☐



Gata de atac!!! :)))



Gustoasa tare, mai ales acompaniata de, deja, celebrul **sos de busuioc** ☐

...desi nici langa **sosul de marar**, pe care am sa vi-l arat curand, nu i-ar sta rau :))



Tare buna a iesit!!!



*Laura  
Sava*