

Marinata de lapte batut



Marinata de lapte batut!!

Am revenit cu inca o reteta cu lapte batut, o marinata pentru carne mai exact, cu ajutorul careia veti prepara cele mai fragede **fripturi de pui** sau frigarui din lume!!!

Eu am facut niste **ciocanele de pui** delicioase si picante cu care va voi ademeni mai pe seara...sper ☐

Ingrediente:

- 370 g lapte batut (2 cani)
- 3 lingurite usturoi pisat
- 2 lingurite rozmarin uscat sau cimbru
- o lingurita sare
- 1/4 lingurita piper

Mod de preparare:

Amestecati intr-un vas mai mare laptele batut cu usturoiul pisat, rozmarinul sau cimbrul, sarea si piperul.

Adaugati bucati de carne (pulpe de pui intregi, piept de pui pentru gratar sau frigarui, carne de curcan etc), amestecati, acoperiti si lasati peste noapte la frigider.

Scoateti carnea din marinata si folositi-o la reteta aleasa □

Daca folositi carnea pentru o reteta la gratar, lasati-o intai sa ajunga la temperatura camerei inainte de a o folosi.

Salata verde cu lapte batut



Astazi am pentru voi, asa cum va promiteam, o salata verde cu lapte batut pe care o puteti consuma ca fel principal daca sunteti la dieta (poate langa o felie de sunca sau piept de pui la gratar) sau ca garnitura la o mancare mai consistenta ori langa o friptura.

Se face foarte repede si usor, si desi poate nu pare, este extrem de gustoasa! ☐

Iar aici: **Salate**, veti gasi toate retetele de salata de pe blog. Spor la rasfoit ☐ ...si in toate!!

Ingrediente:

- o salata verde mare
- un pahar lapte batut (300 ml)
- sare dupa gust
- o lingura ulei
- 1, 2 lingurite zeama de lamaie
- 1 lingurita marar verde tocat

Mod de preparare:

Salata verde, curatata si taiata marunt, se pune intr-o salatiara.

Se adauga sare, ulei, suc de lamaie, marar si se amesteca totul cu lapte acru.

Laura
Sava



Rapid si gustos! ☑ 0 **salata** simpla dar buna! Sper s-o incercati si voi si sa va placa!

Salata de oua



Dragilor, aceasta salata de oua este o idee minunata si rapida de „prelucrare” a oualor de Pasti care v-au prisosit (desi la cat de scumpe sunt ouale, nu prea cred ca ati facut risipa ☐).

Va propun, asadar, aceasta **salata** de oua „instant” :)) ...in care tot ce trebuie sa faceti este sa zdrobiti ouale fierte si sa le amestecati cu alte ingrediente!

Ingredientele, veti vedea, sunt la indemana oricui, iar modul de preparare foarte simplu!!!

Va urez spor si pofta mare!! :))

Ingrediente:

- 4 oua fierte tare
- 2 linguri unt
- sare si piper, dupa gust
- zeama de lamaie
- o lingura mustar

- 100 g branza telemea rasa
- 2 linguri smantana sau **maioneza**
- cateva inele de ceapa verde

Sfat: daca vreti ca salata sa fie mai picanta, adaugati o ceapa mica (rosie) tocata fin.

Ar merge si un castravete acru, tot mic □ , tocat foarte fin si bine scurs de zeama, cat si o lingurita de marar verde, tocat fin.

Mod de preparare:

Se zdrobesc ouale cu furculita; se adauga untul, moale, tinut din timp la temperatura camerei. Se amesteca bine.

Se sareaza si pipereaza dupa gust, se adauga zeama de lamaie (o lingura).

Se adauga mustarul (sa nu fie iute) si branza rasa si se amesteca din nou, foarte bine.

Se adauga smantana grasa sau maioneza, cum preferati, si se lasa la rece cel putin 30 de minute.

Salata de oua se serveste pe felii de paine, simple sau prajite putin la cuptor ori in prajitor.

Daca aveti salata verde, asezati o frunza de salata pe felia de paine si apoi salata de oua. Va arata minunat □

Ceapa verde o puteti incorpora salatei sau o puteti lasa ca decor □

A iesit extraordinar de buna!!!

Laura
Sava



Daca vreti, insa, sa va incantati familia sau prietenii cu o salata mai pretentioasa, va sugerez s-o incercati pe asta: **Salata de oua in straturi**

Salata taraneasca de vinete



Congelatorul este, fara indoiala, o achizitie buna ☐ Te poti bucura, de exemplu, de o portie grozava de **galuste cu prune** ca-n august ☐ , sau de o portie de **salata de vinete** ...acum, insa, am preparat-o un pic mai altfel, mai rustic, sub forma de salata taraneasca de vinete.

Nu cred ca mai are rost sa va spun cat mi-a placut!!!!

...si da, este o **salata de post!!!**

Ingrediente:

- 2-3 vinete potrivite
- doi ardei grasi
- 1 ceapa mare
- 2-3 rosii
- doi catei de usturoi
- sare dupa gust
- ulei

Mod de preparare:

Se coc vinetele si ardeii, pe plita sau la cuptor, si cand sunt gata se presara cu sare; se acopera cu un prosop curat si se lasa asa cca. 15 minute. Se curata apoi de coaja si se pun sa se scurga intr-o strecuratoare.

Se curata ceapa, se taie marunt si se caleste in putin ulei.

Se adauga rosiile curatate de pielita si taiate marunt.

Dupa ce s-au calit, se rastoarna intr-un castron si se amesteca cu vinetele tocate, ardeii taiati bucatele si cateii de usturoi pisati.

Se potriveste de sare si se amesteca bine. La servire, se orneaza cu frunze de patrunjel, marar sau inele de ceapa verde ori praz.



Buna tare!!!

Pasta de susan Tahini



Pasta de susan Tahini!!

Prima sugestie in legatura cu tahini sau pasta de susan facuta in casa mi-a venit din partea lui Sandi, back in time, pe-un forum culinar unde mi-am petrecut, alaturi de zeci de fete minunate, clipe de neuitat (si care s-a dovedit a fi verisoara mea Simona, cea mai buna prietena si „sufletul meu pereche”. Ciudaaat! ☐)
Va redau, asadar, varianta „sarata” a tahinului, urmand sa va aduc si **varianta „dulce”**, care, mie personal, imi place mult mai mult :))

Daca va pricepeti la tahin, va astept cu drag sa interveniti!

Ingrediente:

- 250 g seminte de susan
- 10 linguri ulei (vegetal)

Mod de preparare:

Se pun semintele de susan la cuptor, intr-o tava tapetata cu hartie de copt, pentru cca. 5-8 minute, la foc potrivit. Se amesteca des, sa nu se arda, caci se amarasc. Se scot apoi si se lasa la racit. Se pun in blender impreuna cu uleiul si se mixeaza pana se transforma intr-o pasta apetisanta.

Pentru a obtine un amestec omogen, folositi o spatula cu care sa „curatati” peretii blenderului.

Faceti pauza intre mixari, pentru a nu suprasolicita aparatul.

Daca preparati o cantitate mai mare, depozitati-o in borcane si pastrati-o la frigider.

Pasta de susan se foloseste la prepararea multor specialitati arabe, cum ar fi Hummus sau Baba ganoush, pe care mi-am propus, incet, incet, sa le probez si astfel sa le deslusesc tainele ☐

Poze, sper eu, cat de cat edificatoare :))





Sfat: Puteti praji semintele de susan intr-o tigaie neaderenta, iar daca pasta vi se pare totusi amaruie, adaugati suc de lamaie si putina sare.

Iar daca o vreti mai „moale”, incorporati si-un pic de apa rece, exact ca la maioneza, cate putin, pana devine o pasta alba si frumoasa (pupici Rym pentru sfaturi!)



Salata de limba cu maioneza si sardele



O alta salata delicioasa, de sarbatoare, va trona astazi pe prima pagina a blogului meu: Salata de limba cu maioneza si sardele! Impreuna cu **salata festiva**, ar putea constitui o buna parte din meniul, mai mult din aperitivele pentru Sfantul Ion, daca aveti sarbatoriti in familie ce poarta acest nume ...tati meu drag e Ioan ☐ La multi ani tuturor si multa pofta!!!!!! :))

Ingrediente:

Pentru salata:

- 600 g limba de vita sau porc
- 150 g sardele din conserva
- 250 g **maioneza**
- o ceapa
- un cartof fiert
- zeama de la o jumatate de lamaie
- 50 ml vin alb sec
- 2 linguri sos de rosii (**ketchup**)
- 1 lingurita tarhon tocat (optional)

- 2 foi de dafin
- boabe de piper
- sare

Pentru ornat:

- 2, 3 linguri maioneza
- o lingura smantana
- 1 lamaie
- 2 oua, fierte tare
- masline negre sau capere
- o lingurita icre negre
- faramituri de paine prajita

Mod de preparare:

Limba se spala in mai multe ape si se pune la fiert in apa cu sare. In primele minute ale fierberii se indeparteaza spuma, dupa care se adauga boabele de piper, ceapa intreaga si foile de dafin. Se fierbe, dupa care se scoate pielita si limba se taie in fasii subtiri.

Maioneza se amesteca cu sucul de lamaie, vinul, sarea, piperul, sosul de rosii si tarhonul tocat.

In sosul de maioneza se adauga fasiile de limba si sardele taiate marunt.

Cartoful fiert se curata de coaja si se da pe razatoarea cu ochiuri mari, dupa care se adauga in maioneza. Se amesteca totul foarte bine.

Salata se aranjeaza in forma rotunda, direct pe platou, cum am facut eu (voi s-o faceti mai cu grija, si fara grabaaaa ☹) sau folosindu-va de un bol rotund, captusit cu folie alimentara transparenta, in care sa rasturnati intreaga compozitie; dati la frigider pentru cca. o ora, dupa care rasturnati salata pe platou. Va arata perfect ☺

Se orneaza suprafata salatei cu un strat de maioneza (cateva linguri amestecate cu o lingura smantana)

Lamaia se taie in felii subtiri si fiecare felie pe jumatate; ouale fierte la fel.

Salata se orneaza cu faramituri de paine prajita, felii de ou, felii de lamaie, sferturi de masline si icre negre...



...ca o floare foooarte apetisanta ☐



0 puteti servi cu paine prajita, sau cu bagheta.
Este foarte gustoasa!!!!

Reteta preluata din cartea „Gustari si aperitive” de Elisabeta Iorga

Salata festiva



Laura
Sava

Si iata si salata de care va vorbeam **ieri**, o salata de iarna, o salata festiva, consistenta si de-li-cioa-sa!!!!!!! ☐

Contine muraturi, piept si ficat de pui, maioneza de casa, si multe alte ingrediente care o transforma, pe buna dreptate, intr-o salata deosebita.

Reteta este preluata din cartea „Gustari si aperitive” de Elisabeta Iorga, de unde am de gand sa va aduc muulte bunatati ☐

Ingrediente:

- 500 g piept de pui fiert
- 500 g ficat de pui
- 3 **castraveti murati**
- 2 **gogosari murati**
- 4 fire ceapa verde sau 1 ceapa mica, uscata
- 200 g sfecla rosie, fiarta
- 50 g masline negre

- 100 g cartofi fierti
- 2 lingurite hrean ras
- 350 g **maioneza**
- 20 g unt
- 1/2 lamaie
- sare, piper

Sfat: pieptul de pui se poate inlocui cu copane de pui fierte sau prajite.

Mod de preparare:

Se amesteca intr-un castron maioneza cu sucul de la o jumatate de lamaie, sare si piper dupa gust, si hrean.

Ficatul de pui se prajeste in unt, sub capac. Se raceste si se taie in cuburi, care se pun in castronul cu sosul de maioneza.

Pieptul de pui fiert se taie in cuburi; acestea se pun in castron. Castravetii murati si gogosarii se taie in cuburi si se pun peste pieptul de pui.

Sfecla fiarta se taie in cuburi, care se pun in castron.

Maslinele se curata se samburi, se taie si se pun peste sfecla.

Cartofii se taie in cuburi, ceapa verde se taie in inele fine (ceapa uscata se marunteste) si se adauga in sos.

Se amesteca totul pentru omogenizare.

Salata se niveleaza si se orneaza cu jumatati de masline, patrunjel si „trandafiri” din rosie.

Eu n-am facut decat unul dar a fost de mare efect si asa :))



E foarte simplu de realizat un astfel de „trandafir”, tot ce trebuie sa faceti e sa decojiti o rosie (medie) si apoi sa rulati usor coaja in forma de trandafir ☐

Laura
Sava



Salata a avut un succes nebun, asa ca sper ca o veti incerca
numaidecat ☐
Se serveste cu un vin negru.

Salata de rosii cu iaurt



Salata de rosii cu iaurt!!

Prieteni dragi, daca va era dor de vara (mie da!!!! ☺), preparati aceasta **salata de rosii** cu iaurt, foarte simpla dar extrem de gustoasa...si frumos colorata.

O puteti servi ca fel principal, mai ales daca sunteti la dieta, sau ca garnitura la friptura.

Cu **rosii din gradina**, rosiile alea adevarate cu care am crescut noi, salata se transforma dintr-una (aparent) banala intr-una extraordinara!!!

Sper ca v-am motivat indeajuns, asa ca va urez inca de pe acum: s-aveti pofta!!! ☺

Ingrediente:

- 2 rosii potrivite, bine coapte
- 1/2 pahar iaurt grecesc (gras, consistent)

- 2 fire de patrunjel
- 1/2 lingurita mustar dulce
- 2 linguri ulei de masline extravirgin
- sare dupa gust

Sfat: daca nu va place mustarul, dulce sau iute, nu-l folositi! E in regula, salata va fi gustoasa si fara! ☐

Mod de preparare:

Amestecati intr-un castron iaurtul cu mustarul, patrunjelul spalat si fin tocat, uleiul si sarea.

Spalati, uscati si taiati rosiile in bucatele mici. Adaugati-le apoi in compositie.

Lasati totul la macerat cca. 15 minute.

Salata se serveste pe foi de salata verde, la temperatura camerei.



Daca nu se consuma imediat, acoperiti bolurile cu folie alimentara si pastrati salata la frigider pana in momentul servirii. La noi n-a fost cazut, pentru ca noi am golit bolurile! ☐



Laura Sava

Maioneza



Maioneza: reteta de maioneza de casa, gustoasa si care „nu pica” atunci cand o intorci ☐

Stiu ca nu v-am aratat inca multe retete culinare de baza, printre care si aceasta **maioneza** din oua, pe care o folosesc la mai toate salatele noastre (daaa, mancam *usor* nesanatatos ☐), dar cum gandul imi zboara mereu la prajituri... :))))

Sincer, eu nu masor niciodata cantitatile pentru maioneza, dar m-am gandit ca un mic „ghid” in sensul asta n-ar strica, in special „gospodinelor” incepatoare.

E foarte gustoasa si o puteti folosi la diverse preparate, din peste, din fructe de mare...sau cu legume fierte, cu carne alba sau rosie, fripta, la gratar...ori la oua umplute!!!

Se poate prepara chiar si fara mustar (in curand) sau **fara oua!**

Ingrediente reteta de baza:

- un galbenus crud (ou foarte proaspat)
- o lingurita cu mustar (sa nu fie iute)
- 200-220 ml ulei
- 2 linguri zeama de lamaie

- o lingurita de sare

Mod de preparare:

Se pune galbenusul intr-un castron, perfect curat si uscat, impreuna cu mustarul si sarea (foarte important: toate ingredientele trebuie sa fie la temperatura camerei, asa ca scoateti din timp mustarul si oul din frigider!!!) si se amesteca foarte bine cu o lingura de lemn sau cu mixerul (eu prefer mixerul ☐)



Maioneza se poate taia daca se pune prea mult ulei de la inceput, de aceea se adauga ulei, „picatura cu picatura”, amestecand permanent, pana se incorporeaza complet. Cantitatea de ulei difera, in functie de cum se doreste sa iasa maioneza (se poate depasi cantitatea mentionata de mine mai sus).

Dupa ce se ingroasa, se toarna uleiul fara grija, tot in transe, dar mai consistente ☐ , si se picura zeama de lamaie. Zeama de lamaie face maioneza mai pufoasa, o „umfla”:



Maioneza trebuie sa fie consistenta, sa isi pastreze forma, mai ales daca se va intrebuinta la ornarea unei salate etc.



Sfat: Puteti prepara maioneza, folosind pe langa galbenus crud si unul fiert, cu mentiunea ca va trebui sa zdrobiti foarte fin galbenusul fiert (sa nu se mai simta niciun „grunj”). Se procedeaza apoi la fel ca in reteta data, poate adaugand putin ulei in plus, si avand grija sa picurati zeama de lamaie si apa rece pentru a o inmuia si a o face sa „primeasca” mai bine uleiul.

P.S. Ca sa nu aveti surprize, amestecati maioneza doar intr-un singur sens.

Salata de vinete cu maioneza



Salata de vinete cu maioneza este, in familia noastra, in topul celor mai savurate si des incercate retete, iar faptul ca nu v-am aratat-o pana acum nu face altceva decat sa confirme acest lucru ☐ Bine, adevarul este ca puteam sa folosesc vinete din congelator inasa am vrut neaparat sa le pregatesc cu vinete coapte din gradina, pentru ca nimic nu se compara cu o salata preparata din vinete proaspat culese!

Si chiar daca anul asta nu s-au mai facut atat de mari si frumoase ca aici: **Musaca de vinete**, tot au reusit sa ne incante cu gustul lor minunat.

Sper sa va placa varianta asta, scaldata-n maioneza si in usturoi ☐ , dar si daca nu, nu-i bai, pentru ca voi reveni cat de curand cu

varianta „light”, sau **de post**, in care vinetele nu se vor mai imprieteni decat cu ceapa taiata fin si ulei (si-un pic de zeama de lamaie).

Foarte gustoasa!!! O puteti, desigur, servi si sub forma de

„cosulete”, din rosii, cum am facut si aici: **Salata de gulii**

Mie-mi place tare mult langa o portie generoasa de ardei copti! :))

Ingrediente:

- 3-4 vinete mijlocii
- **maioneza din oua** sau **din lapte**
- 2-3 catei de usturoi
- zeama de lamaie
- sare dupa gust

Mod de preparare:

Alegeti vinete tinere, mai lungi, moi, cu coaja lucioasa; spalati-le apoi, stergeti-le si coaceti-le pe gratar sau pe flacara, la aragaz, cu o tabla dedesubt.

Vinetele se tin intotdeauna pe foc iute si se intorc pe o parte si pe alta pana cand sunt bine coapte!

Cand coaja li s-a innegrit si s-au inmuat, se iau de pe foc. Cat sunt inca fierbinti se curata cu grija de coaja si se pun pe un fund de lemn, inclinat, sa se scurga.

In continuare, tocati-le cu un cutit de lemn sau plastic, puneti-le intr-un castron si sarati dupa gust. Amestecati cu maioneza dupa gust, ori dintr-un ou (un galbenus, amestecat cu o lingurita mustar si ulei pana se umfla □) ori din lapte (cu link mai sus).

Treceti prin presa cateii de usturoi si amestecati bine cu vinetele. Aaugati putina zeama de lamaie si amestecati totul foarte bine.

La final, puneti **salata** de vinete pe un platou, sau in salatiera, si garnisiti-o cu felii de rosii sau rosii cherry. Dupa ce sta un pic la frigider, e si mai buna!!!



Laura Sara



Sfat: puteti adauga si dovlecei fierti in salata, nu doar pentru a o face mai spornica ci si pentru a-i da o savoare, o dulceata aparte.

Alegeti un dovlecel tanar, fara seminte, radeti coaja si puneti-l la fiert in apa sarata. Cand e fiert, se pune intr-o strecuratoare sa se scurga, dupa care se toaca impreuna cu vinetele si se pregateste ca mai sus.

Salata cu sunca si porumb



Aceasta salata cu sunca si porumb este extrem de rapida si extrem de gustoasa, iar daca dintr-un motiv anume nu va place sunca, nu-i nimic, puteti folosi carne fiarta de pui sau curcan (din supa). Nici ouale nu sunt obligatorii, desi ar fi pacat sa nu le adaugati la cat de simpatice sunt! ☐

O alta idee gustoasa aveti aici: **Salata de legume cu oua**. Dar nu numai! Cautati cu incredere pe blog toate retetele de salata pe care le-am facut. Sigur veti gasi multe pe gustul vostru! ☐

Ingrediente (pentru 2 persoane):

- 250 ml iaurt
- 100-120 g sunca
- 50 g porumb fiert
- 4 oua de prepelita

- sare si piper, dupa gust
- marar proaspat, tocat marunt

Mod de preparare:

Iaurtul (puteti folosi iaurt grecesc, mai gras) se amesteca cu un praf de sare si piper.

Se adauga marar tocat, sunca taiata fasii subtiri, porumbul bine scurs si ouale fierte, taiate pe jumatate.

Totul se amesteca usor si se serveste rece. **Salata** se poate orna cu felii de rosii sau frunze de salata.



Laura Sava

Salata de paste cu piept de pui



Dragii mei, astazi va prezint o salata de paste cu piept de pui deosebita si delicioasa (desi, poate, din poza de prezentare nu reiese asta ☹)

E vorba despre niste paste speciale pe care i le-am cumparat lui Bogdi din Grecia, cu SpongeBob, si care impreuna cu un pic de carnita de pui, ardei si rosii proaspat culese din gradina, l-au saturat, si amuzat ☹ , pe puiul meu iubit!!!!!!!

Puteti pregati aceasta **salata de macaroane** pentru aniversarea copiilor vostri, mai ales daca gasiti paste dragute.

O puteti servi micilor invitati in pahare colorate (de unica folosinta), cu un mic ornament (o tepusa colorata, in care puteti infige o felie de rosie, cascaval, etc.).

Ingrediente:

- 300 g paste fainoase (de ex. rotite, fundite)
- 4 linguri ulei (masline sau floarea soarelui)
- 400 g file de piept de pui
- sare si piper, dupa gust
- 150 g Emmentaler (sau un alt cascaval)
- 3 rosii potrivite, bine coapte
- un ardei gras rosu sau galben
- un ardei gras verde
- o lamaie mica
- 150 g iaurt natur
- 1/2 lingurita zahar

Foarte bune cu iaurt dar, daca vreti, puteti pune si putina **maioneza de casa** iar pieptul de pui poate fi fiert, nu prajit.

Si, desigur, puteti folosi orice fel de paste micute nu neaparat cu Sponge Bob ☐



Laura Sava



Mod de preparare:

Fierbeti pastele dupa indicatiile de pe pachet; puneti-le in strecuratoare, dati-le prin apa rece si scurgeti-le. Amestecati-le apoi cu 2 linguri de ulei.

Spalati carnea si tamponati-o cu un servetel. Incingeti 2 linguri de ulei in tigaie si prajiti fileurile cate 3 minute pe fiecare parte. Condimentati-le cu sare si piper. Tineti carnea sub capac pana se raceste, dupa care taiati-o in felii de cca. 1 cm.

Indepartati coaja de la suprafata cascavalului si taiati-l in cuburi. Este mai usor sa faceti asta atunci cand cascavalul este foarte rece (eventual, il puteti tine 5 minute la congelator inainte de a-l taia).

Spalati rosiile si taiati-le in patru; scoateti toate partile verzi si taiat-le in cuburi; spalati ardeii grasi si taiati-i in felii subtiri.

Stoarceti lamaia. Amestecati sucul cu iaurt, adaugati sare si piper dupa gust si zahar.

Amestecati toate ingredientele si turnati deasupra sosul.



Foarte bune!!!!!!!

Poze cu pastele vedeta □





Rosiile din gradina au fost ca cireasa de pe tort :))



Salata de dovlecei cu maioneza



Nu ati crede ca niste bucatele de dovlecel, prajite si „inmuiate” in maioneza, se pot transforma intr-o salata atat de gustoasa. Cea mai gustoasa **salata** de dovlecei cu maioneza din lume!!! ...din lumea mea :))

Va puteti bucura de ea si in zilele de post daca inlocuiti maioneza clasica cu o portie de **maioneza de post** ☐

Ingrediente:

Dovlecei:

- 4-5 dovlecei mici (1 kg)
- 3-4 catei de usturoi
- 100 ml ulei

Maioneza:

- 1 galbenus
- 1/2 lingurita sare
- 1 lingurita mustar
- 200 ml ulei
- zeama de la o jumatate de lamaie

Sfat: puteti inlocui galbenusul crud de la maioneza cu un galbenus fiert.

Mod de preparare:

Dovleceii curatati de coaja si spalati se taie in patru, pe lungime, si apoi in triunghiuri de 2, 3 mm. grosime. Se prajesc intr-o tigaie mare, in doua transe (ca sa nu ii inghesuiti, si sa nu se prajeasca cum trebuie).

Jumatate din cantitatea de dovlecei se prajeste in cca. 50 ml. ulei incins si cealalta jumatate la fel. Cand se rumenesc putin, se scot pe un platou si se sareaza.

Se lasa sa se raceasca, intre timp preparandu-se maioneza din galbenus, mustar, sare si ulei (200 ml), careia i se adauga la sfarsit usturoiul trecut prin presa speciala sau taiat foarte fin, si suc de lamaie.

Maioneza se amesteca cu dovleceii, apoi se pun 1-2 ore in frigider dupa care se pot servi.

Delicios la maxim, fara nici o exagerare!!!!!!!!!!!!!!

Noi am savurat-o intinsa pe **paine cu ou** . Si o tura pe **paine cu iaurt** ☐



Salata de oua in straturi



Laura Sava

Salata de oua in straturi: usor de facut si foarte gustoasa!!
Pentru ca trebuia cumva sa valorific si putinele oua fierte care ne-au ramas de la Paste, am mesterit aceasta delicioasa salata de oua in straturi ☐

Daca mai aveti, asadar, oua fierte pe care nimeni nu mai vrea sa le ciocneasca ☐ , faceti aceasta **salata** (se poate prepara si fara sunca) si toata lumea va fi multumita!!!

Ingrediente:

- 8 oua fierte tari
- 250-300 g cas proaspat sau cascaval
- 300 g sunca
- **maioneza**
- un iaurt sau sana (125 ml)
- sare si piper, dupa gust
- inele de ceapa verde

Sfat: puteti cladi salata si intr-o forma mare, si o puteti „imbraca” in intregime in maioneza.

...si desigur, pentru a o orna puteti folosi gogosari sau orice altceva va face placere.

„Ingredientele” cheie ☐

Ceapa verde din propria gradina!!!



Astazi sper sa ploua bine, ca sa creasca si mai mare :))



Mod de preparare:

Preparare salata de oua:

Ouale, fierte tari, se curata de coaja si se rad pe razatoarea cu ochiuri mari. La fel se procedeaza cu sunca si cu casul/cascavalul.

Se prepara maioneza dintr-un galbenus crud+o lingurita de mustar+un praf de sare+ulei...stiti voi ☐ , si se amesteca cu iaurt sau sana. Se sareaza si pipereaza dupa gust.

Asamblare salata:

Tapetati cateva boluri mici, individuale, cu folie alimentara transparenta (umeziti usor cu apa interiorul bolurilor pentru ca folia sa adere bine si sa nu faca cute).

Asezati in bol un strat de sunca rasa, un strat de cas/cascaval ras, un strat de ou ras (cate o lingura plina din fiecare). Aadaugati o lingura mare de maioneza si nivelati.

Continuati sa asamblati salata, in acelasi mod (straturile se repeta alternativ, pana se termina compozitia).

Daca folositi boluri conice, cum au fost si cele folosite de mine, va trebui ca la ultima stratificare sa adaugati 2 linguri din fiecare, pentru ca straturile sa fie frumos delimitate.

Se acopera si se lasa la frigider timp de minim 3-4 ore:



Servire:

Se rastoarna apoi, cu grija, pe un platou si se inlatura folia:



Se orneaza cu restul de maioneza si inele de ceapa verde, iar la baza se presara cas sau cascaval ras:



Salata asta e atat de buna!!! Si aratoasa tare ☐



Sectione:



Nemaipomenit de gustoasa langa o felie de **paine cu iaurt** ☐



Sos de rosii



Sos de rosii!!

V-am spus, fara indoiala, de nenumarate ori cat de mult imi place sosul de rosii...si cat de mult imi aminteste de buna mea draga, pe care din pacate nu o mai avem (de mult) langa noi (cate-as mai fi invatat eu de la ea), dar de aratat nu vi l-am aratat niciodata... Zilele trecute, insa, cand l-am refacut (il fac destul de des ☐), nu l-am mai lasat nesurprins :)))
...mai ales ca aveam si limba de porc fiarta, care merge de minune cu sosul asta minunat!

Si desi eu il fac mereu ochiometric, ba chiar cu ochii-nchisi (ei, acum chiar ma dau mare ☐), voi incerca, totusi, sa va dau, ca reper, ingredientele necesare, si ceva gramaje!

Ingrediente:

- o sticla de **bulion** (500 ml)
- 100 ml ulei
- 1, 2 linguri boia dulce
- 3, 4 linguri de faina
- sare, dupa gust
- 2, 3 linguri rase de zahar

Mod de preparare:

Se incinge uleiul; se adauga boiaua si se amesteca intruna. Nu se tine pe foc decat cateva secunde, pana isi dezvolta aroma (aveti grija sa nu se arda, deoarece da un gust amar sosului).Focul sa fie mic.

Se adauga faina si se tine pana se rumeneste usor. Se stinge cu bulion, pe care, insa, il turnati incet, ca sa nu se faca cocoloase (eu de obicei, adaug putin, trag oala de pe foc, amestec, iarasi torn...si tot asa!)

Se adauga sare si zahar si se lasa pe foc pana cand clocoteste (in tot acest timp, se amesteca).

Se serveste simplu (cu pita proaspata ☐) sau cu limba, de porc ori

vita, fiarta:



Foarte, foarte gustos!!

Mie, una, imi place la nebunie, simplu, cu spaghete...cu orice!!

E sosul meu preferat!

Salata Boeuf



Astazi am pentru voi o reteta speciala, o salata boeuf in rulouri de sunca!!! O pseudo-salata, de fapt, fiindca nu contine deloc „boeuf” ☐

Promit, insa, sa revin si cu varianta *originala* (radacinile acestei salate par destul de incerte ☐), adica macar cu cea care contine carne de vita :))

Pana atunci, va las sa savurati aceasta foarte la indemana si economa varianta, cu carne si legume din supa (in felul asta nu mai aruncati legumele fierte din supa...mai ales daca e **de gasca** ☐)

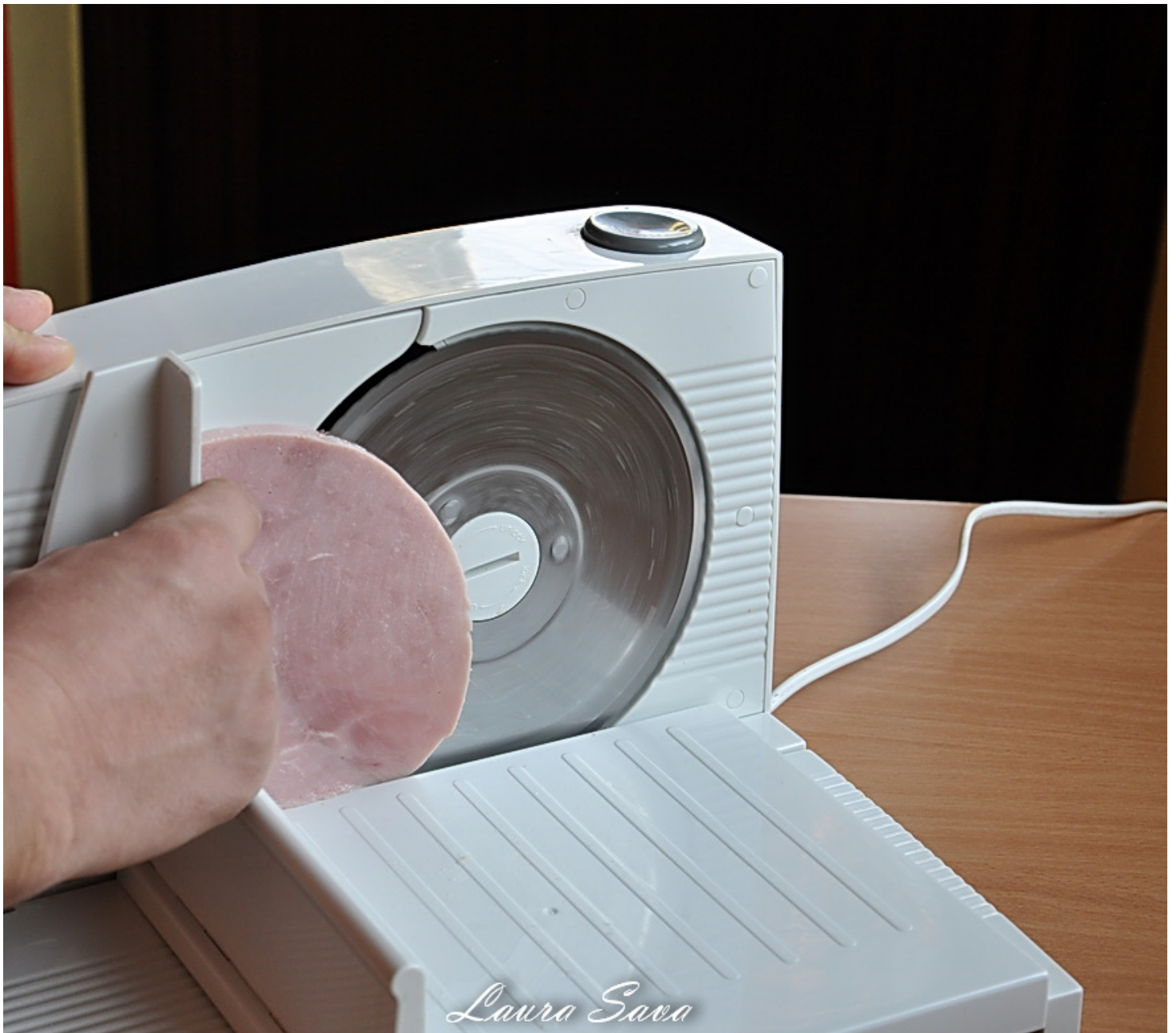
Ingrediente:

- Carne de gasca (in cazul nostru) fiarta sau de pui
- Zarzavaturi pentru supa: morcovi, patrunjel, telina (fierte)
- Cartofi fierti (2-3 cartofi)
- Catraveti murati
- Maioneza de casa
- Mazare fiarta sau din conserva (1-2 linguri)
- Felii subtiri de sunca

Mod de preparare:

Prepararea ei, in cazul asta, decurge foarte simplu: legumele si carnea, fierte in supa, se taie cat mai marunt. Se adauga **castraveti**, taiati la fel de marunt si scursi foarte bine...maioneza dintr-un ou sau doua (depinde de cate legume aveti), sau chiar **maioneza fara oua**, plus doi, trei cartofi fierti si mazare, daca va place.

Ca sa fie mai festiva, eu am servit-o in „cornete” de sunca, sunca pe care Cipi, dragul de el, mi-a feliat-o frumos cu feliatorul ce-mi zacea, de ani de zile, in camera :)))





A facut o treaba excelenta, si de-acum il voi folosi mai des...

...sper ☐



Laura Sava

Salata boeuf „la cornet”, pentru toata lumea, pe platoul rotativ de la Tupperware (chiar se rotește, magnificul ☐)



P.S. Am prins capetele rebele ale suncii cu scobitori...pe alocuri se si vede :)))

Salata de paste cu maioneza



Salata de paste cu maioneza este o **salata** minunata iar ingredientele ce o compun pot varia in functie de ceea ce aveti prin camara.

Eu, acum, am facut-o de post, dar voi o puteti completa cu bucatele de sunca sau piept de pui iar in zilele de dezlegare la peste ii puteti adauga in plus ton din conserva sau sardine, ori orice altceva va place :))

Ingrediente:

- 300 g paste fainoase
- 4-5 **castraveciori murati**
- 100 g masline negre
- 2 **gogosari murati**
- 200 g branza de soia (tofu)
- o cana cu **maioneza vegetala**
- sare, piper
- zeama de lamaie (optional)

Mod de preparare:

Se fierb pastele in apa cu putina sare cca. 7-8 minute. Se strecoara, se clatesc cu apa rece si se lasa sa se scurga bine. Castraveciorii se taie in rondele, gogosarii fasii, branza cubulete. Se pun intr-un bol pastele impreuna cu celelalte ingrediente, se adauga maioneza, se potriveste gustul de sare si piper apoi se amesteca totul si se orneaza cu masline.

Eu am pus o lingura din **uleiul meu picant** ☐



A iesit neasteptat de buna!!!



P.S. Maioneza vegetala se poate inlocui cu 2, 3 linguri de ulei de masline.

Salata de ciuperci



Laura Sava

Salata de ciuperci de post, pentru toti iubitorii de ciuperci, gatite in fel si chip, printre care ma numar si eu :))

Ingrediente:

- 1 kg ciuperci champignon sau de padure
- 2 cepe
- 4-5 catei de usturoi
- 1 lingura **sos picant** sau 1/2 gogosar
- 6-7 linguri ulei
- sare, piper
- marar sau patrunjel tocat fin (optional)

Mod de preparare:

Se taie ceapa marunt si se caleste in ulei incins. Se adauga ciupercile curatate si taiate mai mare.

Se prajesc 2-3 minute, la foc mare, pana isi lasa zeama.

Se sareaza si pipereaza si se lasa pe foc sa se inabuse bine (daca ciupercile nu lasa zeama, se stropesc cu putina apa calda).

Se adauga sos picant sau gogosarul tocat marunt si se mai lasa pe foc cateva minute.

Cand mancarea a scazut, se adauga cateii de usturoi si putin marar sau patrunjel tocat.

Salata se serveste calda sau rece.

Pur si simplu! ☐





Poza veche □



P.S. Inainte de a servi salata, aromatizeaz-o cu zeama de lamaie.

Mujdei de usturoi



Mujdei de usturoi: „sosul” nostru preferat!! ☐

De cateva zile incoace, de vreme ce am avut atatea dezlegari la peste, am mancat la micul dejun, la pranz si cina numai peste!!! Dar a fost biiiine!!!!!! ☐

A papat si Bogdi, si chiar cu mare pofta, asa ca sunt foarte fericita.

Bineinteles, la noi peste fara mujdei de usturoi nu exista, mai ales cand vorbim despre crap, asa ca m-am gandit sa va prezint varianta noastra de mujdei, ca postare separata de cea cu **crapul prajit**, cel care se bucura de cel mai mare succes in casa noastra.

Ingredientele sunt pur relative ☐ , cantitatile fluctuand dupa numarul de pofticiosi ☐

Avem nevoie de:

- usturoi
- sare
- ulei
- apa
- zeama de lamaie

Mod de preparare:

Sa va spun, asadar, cum il prepar eu...toata treaba decurge incredibil de rapid!

Trec usturoiul prin presa de usturoi. Adaug sare (dupa gust) si amestec totul foarte bine cu o lingura de lemn (merge cel mai bine asa!)

Adaug putina zeama de lamaie si torn, putin cate putin, ulei, exact ca la maioneza.

Amestec bine dupa fiecare „tura” de ulei, pentru ca totul sa se incorporeze perfect (asa nu exista nici o teama ca s-ar putea „taia”)

Cand se umfla bine-n pene □ ...si e spumos, adaug apa rece, tot asa, putin cate putin, amestecand.

Il las la consistenta si „taria” care se cere pe moment, adica mai soft, atunci cand incerc sa-l fac si pe Bogdi sa guste din ea, hihi, cand o fac destul de lichida, punand mai multa apa si zeama de lamaie, sau o fac pe gustul nostru, adica atat de tare incat nu pica de pe lingura...dupa cum puteti vedea si-n poze:





...cu crap proaspat prajit e o adevarata nebunie!!!

...si cu mamaliga, desigur, desi noi nu prea sintem fani mamaliga ☐

Salata de icre



Salata de icre!!!

Dragii mei, mi-am propus ca de acum si pana la sfarsitul postului sa va arat cate o reteta care sa contina peste, pentru multele dezlegari cu care am fost binecuvantati la fiecare sfarsit de saptamana.

In sensul asta, v-am adus astazi o salata de icre cu gris, un pic mai altfel decat acestea **cu paine** ☐

Ingrediente:

- 3 linguri gris
- 1 lingura plina cu icre sarate, din congelator sau borcan
- ulei
- zeama de lamaie

- apa minerala
- ceapa taiata marunt (optional)

!!! Daca aveti icre proaspete la indemana, trebuie sa stiti ca nu le puteti prepara asa crude, ci va trebui sa le puneti pe aburi, amestecand intruna, pana isi schimba culoarea in rosu (caramiziu). Bineinteles, in cazul asta se si sareaza, la cele congelate sau conservate nemaifiind nevoie de asa ceva ☐

Mod de preparare:

Grisul se adauga in ploaie cand apa clocoteste si se amesteca bine, bine, pana se ingroasa. Se lasa la racit.

Se amesteca grisul fiert si racit cu icrele pregatite (curatate de pielite si sarate, in prealabil), avand mare grija sa nu faca cocoloase.

Se toarna cate putin ulei, ca la maioneza, amestecand mereu. Se adauga zeama de lamaie (dupa gust si in functie de cantitatea de icre) si apa minerala...dupa aceleasi criterii ☐

Apa minerala are rolul de a umfla si albi icrele, dandu-le un aspect apetisant (puteti adauga chiar si o jumătate de cescuta de cafea, daca compozitia este prea vascoasa).

Salata de icre e gata atunci cand observati ca icrele incep parca sa sclipeasca ☐ (nota autorului, adica a dragei noastre Alma, care mi-a dat cu mare drag cateva ponturi, la telefon ☐)

Daca nu aveti probleme cu stomacul, adaugati ceapa tocata foarte marunt, pe care o amestecati cu putin ulei inainte de a o incorpora salatei (in modul asta nu va avea un gust amar) sau pregatiti un bol cu ceapa taiata marunt si sarata, separat, pentru ca cei care adora ceapa intr-o astfel de salata.

Pofta mare!!!



Laura
Sava



Foarte, foarte gustoasa!!!

Salata de porumb



Am revenit cu salata promisa, o salata de porumb...delicioasa, chiar daca e de post!!!

Sper ca stiati ca va mai puteti delecta si cu alte salate de post, absolut grozave: **de conopida**, **de ton** (ca si-asa se apropie weekendul, cu dezlegari la peste ☐) si **orientala**...asa-i?! :))

Ingrediente:

- 1 conserva cu porumb, boabe (285 g)
- 1 conserva mica cu mazare (100 g)
- 3 rosii
- 2 ardei
- 1 salata verde
- 1 portie de **maioneza de post**
- sare, piper

Sfat: va puteti bucura de ea si in zilele cu dezlegare la peste

daca adaugati ton in conserva sau bucatele de peste afumat!!

Iar aici: **4 retete de maioneza de post**, aveti...4 retete de maioneza de post! ☐

Imi place atat de mult cum arata!! Cat de frumos imbraca frunzele de salata bolul! ☐



Mod de preparare:

Spalati bine salata verde si puneti deoparte cateva frunze (pe cele mai frumoase), cu care veti tapeta ulterior bolul de servit.

Taiati restul in fasii.

Taiati apoi rosiile si ardeii in cubulete. Amestecati totul, intr-

un bol incapator, cu porumbul si mazarea.

Adaugati maioneza de post, sare si piper dupa gust.

La sfarsit, ornati salata cu buchetele de patrunjel verde sau floricele din ardei sau rosie.

Extraordinar de usor de facut! Si neasteptat de gustoasa!!! ☐





