

Ciuperci cu sos



Ciuperci cu sos, inca o reteta de post pentru voi, prieteni dragi! ...si da, e tot una „ne-dulce” (asta ca sa va arat ca stiu si sa gatesc ☺). E o ciulama de ciuperci, de fapt, o reteta foarte usor de facut si foarte gustoasa! Cu cartofi natur sau mamaliga!

Iar aici, aveti o alta idee delicioasa cu ciuperci: [Ciuperci la tigaiie cu paste fainoase](#)

Ingrediente:

- 300-400 g ciuperci proaspete sau 1 cutie de ciuperci conservate
- 50 ml ulei
- zeama de la o jumatate de lamaie (lamaie mica)

Pentru sos:

- 3, 4 linguri ulei sau margarina
- 2 linguri faina
- 1 ceasca de apa sau zeama de la zarzavaturi fierte
- sare si piper, dupa gust
- 2 linguri de vin alb (optional)
- 1 legatura patrunjel sau marar proaspat

Sfat: se pot adauga si doi catei mari de usturoi in compozitia de ciuperci, pentru o aroma deosebita iar sosul il puteti ingrosa sau subtia, dupa bunul plac. Eu, de exemplu, l-am lasat de data asta mai gros dar data viitoare am sa-l fluidizez un pic cu supa de zarzavat sau cu smantana vegetala (se gaseste acum de cumparat).
...si la gramajul ciupercilor puteti interveni...totul e ca rezultatul final sa fie unul pe gustul vostru ☐

Cea mai gustoasa ciulama de ciuperci, de post!!!



Mod de preparare:

Pentru sos, se incalzeste uleiul/margarina si se adauga faina. Se amesteca la foc mic si se adauga, pe rand, apa, vinul, sarea si piperul. Se fierbe sosul pana se leaga, amestecand continuu.

Separat, se calesc ciupercile in putin ulei, adaugand si zeama de lamaie.

Se adauga si ciupercile in sos si se lasa sa fiarba inca putin la foc mic.

Ciupercile se servesc pe/langa cartofi fierti sau orez ori mamaliguta.

Se serveste fierbinte!

Eu am presarat peste cartofi putin patrunjel iar in sosul de ciuperci am pus marar, pe care il adoor!!! :))



Poza veche □



Reteta preluata din cartea „Mancaruri si dulciuri de post” -Garoafa Coman