

Salata de fasole boabe cu ceapa



Stiu ca tocmai v-am adus la masa o **salata usoara si buna**, dar m-am gandit ca si o salata de fasole boabe cu ceapa v-ar bucura la fel de mult, mai ales ca e atat de accesibila si se face atat de usor ☐

Am sa va redau mai intai modul de preparare a **salatei**, lasandu-va, apoi, in compania pozelor cu fasolea noastra din gradina pe care am surprins-o, la fel ca pe toate celelalte minunatii din gradina, inca de la primele faze :))

Ne-am naucit toti cunoscutii cu fasolea noastra cataratoare, in culori de rosu si mov ☐

...veti vedea imediat despre ce vorbesc...

Ingrediente:

- 300 g fasole tarcata
- 2 foi mici de dafin
- 50 ml otet
- 20 g zahar

- 30 ml ulei
- 150 g ceapa rosie
- 100 ml apa
- sare, piper

Mod de preparare:

Se alege fasolea si se inmoaie in apa rece, cu cel putin 3-4 ore inainte de preparare (ideal ar fi sa fie lasata peste noapte). Se pune apoi la fiert impreuna cu foile de dafin.

Intre timp, se prepara sosul, astfel: in 100 ml apa rece se toarna otetul, sarea, zaharul si piperul. Se amesteca bine, iar deasupra se toarna uleiul.

Ceapa se taie rondele subtiri, se sareaza, se lasa cateva minute sa stea, dupa care se amesteca cu fasolea fiarta si sosul preparat inainte.

A fost delicioasa!!!



Povestea □

...fasolea, in primavara asta, intinsa timid pe liane :))





...cea frumos inflorita in rosu, care in final a iesit micuta si alba...





...si cea frumos inflorita in mov, care in final a iesit mare si tarcata:





Pe masa, in pavilion, uscate bine:





Laura Sava

Ambele feluri, inspectate cu uimire mare ☐



Laura Sava



O alta parte din „recolta” am folosit-o la picantul „Chili con carne”
...va urma, deci, inca un post cu fasole :)))

Fasole batuta



Laura Sava

Prima reteta din postul care abia a inceput trebuia neaparat sa fie fasole batuta!!!! ☐ Fiindca nu e nimic mai bun decat o portie de fasole batuta, cu guler „rumen” de ceapa.

Anul asta mi-am propus sa va arat cat mai multe **mancaruri de post**, desi cred ca intr-un final vor fi mai multe dulciuri ☐

Ingrediente:

- 1/2 kg fasole
- o ceapa mare
- 4-5 linguri de ulei
- o capatana de usturoi
- sare, piper, boia dulce de ardei

Mod de preparare:

Se fierbe fasolea bine, in doua ape (la a doua tura, apa sa fie

fierbinte). Cand este gata, se strecoara si se trece imediat prin sita sau prin blender, apoi se bate cu mixerul turnand putin cate putin uleiul (pana se umfla).

Se adauga sarea, piperul si usturoiul pisat si se amesteca totul foarte bine. Se aseaza apoi in boluri sau se niveleaza intr-o tava (mai mica) din care ulterior puteti „taia” cu gura unui pahar portii individuale, cum am facut eu.

Separat se caleste ceapa (intr-o lingura de ulei) si se adauga o lingurita de boia. Se aterne deasupra piureului de fasole. Se serveste mai degraba rece dar si cald e nemaipomenit. Mai ales cu niste felii apetisante de **gogosari** sau **castraveti**.



Laura Sava



Laura Sava



Laura Sava

„Sectiune” surprinsa langa ce urma sa se transforme in niste mici si apetisante **mini-pizza** (mai in fundalul pozei), pentru baietii casei, care nu tin post :))



P.S. Daca va sperie cumva capatana aia de usturoi ce-apare sus la ingrediente, folositi numai atat cat credeti ca va cade bine.

Reteta este culeasa din cartea Garoafei Coman „Mancaruri si dulciuri de post”