

# Focaccia cu pastrav afumat



Focaccia cu pastrav afumat, o reteta si foarte buna, si foarte aratoasa!! ☐

Dragilor, va spun cu un pic de-ntarziere: La multi ani!!!! La multi ani, romani de pretutindenii!

O spun mai cu patos astazi, e adevarat, pentru ca ieri a fost Ziua Nationala a Romaniei, dar mereu ma minunez de noi, ca romani, si ma bucur ca m-am nascut in aceasta tara cu locuri de vis si oameni calzi si buni, ce nu-si pierd niciodata speranta.

Avem o postare la inaltime, una foarte patriotica astazi ☐ ...si, coincidenta sau nu, am ocazia sa o omagiez cu o farama de „Romania”, cu cel mai gustos pastrav afumat si icre galbene pe care l-am mancat in viata mea!!! Aduse de Cipi meu drag, de langa Sibiu,

de la Pastravaria Albota.

E si zi de **dezlegare la peste** azi, asa ca sper sa va prinda bine aceasta reteta cu peste...chiar daca nu e in totalitate romaneasca :))

Va trimit cele mai bune ganduri si cei mai dulci pupici din lume!!!!

## **Ingrediente:**

### **Pentru Focaccia:**

- 230 g faina
- 4 g drojdie uscata (jumătate de pliculet)
- o lingurita sare
- 180 ml apa
- 6 linguri ulei (de masline)
- o lingurita amestec de oregano, cimbru si rozmarin (uscate)
- 2, 3 linguri de ulei pentru final

### **Pentru toppingul de pastrav afumat:**

- 180 g file de pastrav afumat
- 6-8 lingurite hrean
- un sfert de castravete (de sera)
- un fir ceapa verde
- zeama de la o lamaie mica
- 2 lingurite **maioneza de post**
- 4, 5 lingurite de icre de pastrav
- sare si piper dupa gust

### **Vedetele retetei de astazi:**

Fileul de pastrav afumat:



Si icrele de pastrav, ca niste mici margaritare:



Laura Sava

Aici Cipi a surprins mai bine perlutele galben-delicioase ☐



*Laura Sava*



## **Mod de preparare:**

### **Prepararea aluatului de Focaccia:**

Amestecati, intr-un bol incapator, faina cu drojdia uscata (puteti folosi si proaspata: 12 g). Turnati apa calduta, in care ati pus sarea, in mijlocul fainii impreuna cu uleiul de masline sau de floarea soarelui.

Amestecati aluatul cu mainile, energic, 1-2 minute, dupa care lasati la crescut, acoperit cu un prosop de bucatarie sau cu o pungă (puneti bolul in pungă, care trebuie sa fie mai mare, pentru ca aluatul sa aiba loc sa creasca).

Aluatul va fi lipicios, nu se va strange intr-o bila, ca si aluatul pentru pizza, de exemplu, dar asa trebuie sa fie ☐

Cand e gata, dupa cca. o ora sau cand vedeti ca si-a dublat volumul, se framanta din nou, cu mainile unse cu ulei. Se lasa in bol sa se odihneasca pana cand se incinge cuptorul.

## **Coacere:**

Incingeti, asadar, cuptorul la 220 grade C (foc mare) si ungeti o forma mica, de aprox. 25cm x 22cm cu putin ulei.

Rasturnati aluatul si intindeti-l cat mai uniform in tava, cu ajutorul degetelor. „Trageti” de aluat atat cat e nevoie, pentru a imbraca toata forma.

La final, faceti gauri in aluat cu degetele si turnati putin ulei (cele 2, 3 linguri de care aminteam la ingrediente); presarati apoi amestecul de condimente uscate pe toata suprafata aluatului si dati la copt pentru 10-12 minute.

Scadeti temperatura la 180 grade C (foc potrivit) si mai lasati inca 15 minute. Veti sti ca painea e gata daca, atunci cand o bateti usor cu degetul, pe dos, va suna a gol.

In continuare, Focaccia calduta se taie in felii potrivite:



*Laura Sava*



### **Gustarele cu peste:**

Am obtinut niste „canapele” perfecte pentru „umplutura” de pastrav afumat. Dar haideti sa va spun cum le-am facut si delicioase ☐

Pe feliile de focaccia, taiate in mici dreptunghiuri, am intins un strat subtire de hrean. Am rupt apoi pastravul afumat in bucatele mici, cu mana, si le-am asezat, cat mai uniform, pe paine:



Pasul doi: asezarea feliilor de castravete:



*Laura Sava*

Am presarat cateva inele de ceapa verde..si am innobilat micile gustari cu un mot de maioneza (de post), asezata in mijlocul fiecarei mini-focaccia, peste care am pus icre de pastrav:



La final, am stropit totul cu zeama de lamaie din belsug si ne-am bucurat de gustul extraordinar al acestor gustarele cu peste:



*Laura Sava*



### **La Pastravarie:**

Si am sa inchei postarea de astazi cu cateva poze de la Pastravaria Albota, un loc nemaipomenit de frumos, pitoresc si primitor:





*Laura Sava*

---

# 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 jumatate 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 icre



Salata de icre e una dintre cele mai bune salate din lume!!! Cel puțin în viziunea noastră, cei care am crescut cu această salată și am savurat-o la fiecare mare sau mică sărbătoare ☐

Acum am folosit icre din peștii prinși de fratele meu, pescar pasionat încă de mic ☐

Alte rețete delicioase cu icre de pește găsiți aici: [Retete cu icre](#)

## Ingrediente:

- 2 linguri pline cu icre de crap (cca. 100-120 g)
- 1 lingură pesmet sau pâine mai veche (1 felie mare)
- 1 linguriță mustar
- 200 ml ulei (o canită)
- zeama de la o lamaie
- sare după gust
- o ceapă mică, rasă fin

## Mod de preparare:

Se curata icrele de pielite, se amesteca cu pesmet sau paine mai veche si inmuiata putin in apa, cu cele 1-2 lingurite de mustar; se adauga apoi ulei pana cresc ca o maioneza, zeama de lamaie si sare dupa gust. La sfarsit se adauga ceapa rasa fin. Se poate adauga putin piper macinat, daca va place.

Eu am pus salata in boluri si am ornat-o cu cate o felie de rosie si cu boabe de struguri negri, pentru un look si-un gust mai exotic. Struguri pe care toata lumea i-a confundat cu masline negre  
□

A iesit tare gustoasa!!!



Foooarte bune pe paine prajita la prajitor...sau cum va place voua!!!