

# Mazare de post



Si iata si reteta de mazare de post promisa la **piureul de cartofi**, care a iesit pufos si neasteptat de gustos! 0 reteta usoara, pe care o puteti prepara atat vara, cu mazare proaspata, cat si iarna, cu mazare din congelator. Sau in orice zi a anului...cu mazare din conserva! ☐ Va iesi la fel de buna!

**Mancarica de mazare** „clasica”, cu un pic de rantas si un carnacior langa, o vom savura dupa post, evident, dar si varianta asta, mai

de vara, e nemaipomenita!!!

## **Ingrediente:**

- 1 kg mazare proaspata, din congelator sau din conserva
- 1 ceasca jumătate ulei
- o ceapa mare, taiata marunt
- un morcov mediu
- 3-4 rosii (nu foarte mari), bine coapte
- 1 legatura mica de marar
- sare, piper

## **Mod de preparare:**

Se calesc in ulei (uleiul sa fie incins) ceapa tocata si morcovul taiat rondele. Se adauga apa si mazarea.

Daca se foloseste mazare proaspata, sau din congelator, se acopera cu apa astfel incat sa fiarba bine zarzavatul. In cazul in care se foloseste mazare din conserva, e nevoie de mai putina apa, mazarea fierbandu-se mai repede.

Cand mazarea este bine fiarta (se fierbe cu capac), se adauga rosiile maruntite la robot sau taiate cubulete, sare si piper dupa gust (eu piper nu prea pun la mazare). Se mai lasa cateva minute bune la dinstuit, dupa care se adauga mararul tocat fin. Gustooooo tare!!!



Foarte buna langa un piure de cartofi sau de ce nu...direct cu paine proaspata!! ☐ Mai ales daca o faceti cu mai mult sos! Eu, de data asta, am facut-o mai scazuta:



P.S. Mie imi place tare mult si rece, nu numai calda!!

Sfat: Puteti lasa mancarica la consistenta dorita, punand mai multa sau mai putina apa, iar daca boabele de mazare raman indiferente : D , le puteti pasa, asa cum am facut aici: **Pasta de fasole verde**. Veti obtine o minunatie de pasta!!!!!!!

---

## Mancarica de mazare



Mazare moale, dulce, delicioasa...direct din gradina (culeasa) ☐  
...si direct pe placul lui Bogdi, care pana acum un an, cand a inceput grupa pregatitoare, nici nu se atingea de asa ceva ☐  
Bineinteles ca mazarea de la gradi e muuult mai buna ca asta a mea (asa mi s-a spus ☐ ...si macaroanele cu branza!!!) dar asta nu poate decat sa ma bucure. Acum stiu ca puiul meu nu a fost mofturos la gradi, si, deci, nu va fi nici acasa!!!

#### Ingrediente:

- 1 kg. mazare proaspata sau congelata
- 2 linguri ulei
- 2 cepe obisnuite
- sare dupa gust
- 1 lingurita boia dulce
- 500 ml. apa fierbinte
- 1, 2 linguri bulion
- 1 lingura faina
- 5, 6 linguri lapte rece
- 1 lingurita zahar (optional)
- 1 lingura smantana (optional)
- frunze de marar verde

#### Mod de preparare:

Se caleste ceapa, taiata marunt, in uleiul fierbinte pana devine lucioasa (nu trebuie sa se rumeneasca).

Se adauga boia si se amesteca bine; se toarna imediat apa fierbinte, cca. 100 ml. si se lasa sa dea cateva clocote. Se adauga mazarea, spalata si curatata si se amesteca totul foarte bine.

Se adauga restul de apa (cca. 400 ml.) si se lasa la fiert sub capac pentru aprox. 25-30 de minute, amestecand din cand in cand. Se adauga bulionul si se mai lasa sa fiarba la foc mic pret de cateva minute.

Intr-o cana, se amesteca faina, treptat, cu laptele rece, pentru a nu face cocoloase (daca totusi se intampla asta, strecurati compozitia prin sita). Sosul obtinut (trebuie sa fie ca o smantana groasa) se toarna peste mazare si se amesteca energic.

Se potriveste de sare, se adauga 1 lingurita de zahar, care da mancarii o dulceaata aparte □ (eu n-am mai adaugat, fiindca mazarea noastra a fost extraordinara!!!), marar tocat marunt si smantana. Se serveste cu **friganele**, carnita de pui, pentru copii ;), carnati, ochiuri, sau cu ce credeti voi ca va pica bine :))

...in loc de concluzii, va iau cu mine la plimbare, prin gradina □



Anul asta am avut recolta bogata □



Cate boabe de mazare a papat Bogdi meu, asa crude!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! ☐



Asta a fost farfuria lui Cipi :))) ...care a dat mai bine in poza decat farfuria lui Bogdi, numai cu mazare (ba, si cu o felie de **paine cu ou** )



0 mancarica delicioasa, asadar, pentru intreaga familie!!!!!!!!!!!!!! ☐

P.S. In loc de bulion, puteti folosi o rosie mare, decojita si

taiata bucatele, care se va adauga in momentul in care se dinstuie ceapa ☐

P.P.S. Daca o doriti mai acrisoara, adaugati zeama de lamaie dupa gust.

---

## Chiftelute arabe cu mazare



Zilele trecute ne-am delectat cu niste chiftelute neasteptat de gustoase, din mazare (si cu ocazia asta mi-am mai golit un pic congelatorul :P), pe care vreau neaparat sa vi le impartasesc si voua, deoarece a mancat si Bogdi, ceea ce pentru mine inseamna totul :)))

Sint gustoase si simple dar si cu sos de branza, pe care am sa vi-l redau mai jos ☐

Ingrediente:

Pentru chiftelute:

- 600 g. mazare la conserva/congelata
- 2 oua
- 2 cepe
- 4 catei de usturoi
- 1/2 lingurita coriandru tocat
- 1/2 lingurita chimen
- 1/2 lingurita boia dulce
- sare, piper

– 1 legatura patrunjel

Pentru sosul de branza:

– 50 g. branza sarata de oaie

– 350 g. iaurt

– 1 legatura patrunjel

Mod de preparare:

Se lasa sa se scurga mazarea (daca folositi mazare din conserva).

Cea congelata se lasa la temperatura camerei sa se decongeleze. Se

paseaza cu mixerul vertical:



Se omogenizeaza inaintu ouale. Ceapa si usturoiul se curata, se toaca si se inglobeaza in piureul obtinut.

Se condimenteaza bine cu coriandru, chimen, boia, sare si piper.

Se spala patrunjelul si se toaca. Se adauga piureului; se amesteca bine. Se da la rece pentru cca. 30 de minute.

Se fac, apoi, din aluatul de mazare bilute care se dau prin faina:



Se prajesc in ulei incins:



..pana cand prind o culoare frumoasa, aurie:



Se lasa sa se scurga bine pe un prosop de bucatarie:



...si se servesc calde sau reci, simple sau cu sos...sint la fel de bune ☐

Sosul se prepara foarte usor: branza zdrobita se amesteca impreuna cu iaurtul si patrunjelul maruntit ☐



Asemnatoare (mai mult la culoare :P) cu **chiftelutele din urzici** :))

P.S. Daca le preparati pentru o masa festiva, asezati-le pe foi de salata, iar sosul de branza serviti-l separat.

---

## 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!!! ☐





