

Tocanita de porc



Mancam foarte rar tocanita de porc, mai mult tocanita de pui, dar uneori, cand ploua mohorat in plina iarna, cum ploua acum, si suntem tristi ca nu putem merge la patinoar ☐ , visam la o **tocanita cu carne de porc** cu piure de cartofi si ardei iute.

Noi, astia mari, fiindca Bogdi e absolut dezgustat numai la auzul acestei mancari pline de aroma ☐ ...momentan...

Ingrediente:

- 1 kg carne porc (ceafa sau pulpa)
- 4 cepe potrivite
- 5, 6 linguri ulei
- o lingura untura (optional)
- o lingura boia de ardei dulce

- un varf de cutit boia de ardei iute (optional)
- 3, 4 linguri **pasta de ardei cu rosii**
- sare dupa gust
- un praf de piper negru, macinat
- 250 ml apa

Mod de preparare:

Pregatiti ingredientele: taiati carnea in bucati potrivite (puteti folosi doar 800 g carne) si tocati marunt ceapa.

Turnati uleiul si untura intr-o oala incapatoare. Caliti ceapa, la foc potrivit, pana prinde o culoare frumoasa (pana se ingalbeneste usor). Aveti grija sa nu se arda, amestecati intruna!

Adaugati apoi boiaua si amestecati energic; adaugati imediat bucatelele de carne.

Se lasa sa se prajeasca 1-2 minute apoi se adauga pasta de ardei cu rosii. Daca nu aveti, adaugati 3 rosii, bine coapte, decojite, si 1 ardei rosu. Se sareaza, pipereaza si se toarna apa.

Tocanita se lasa sa fiarba la foc mic, cu capac, pana cand se inmoaie carnea (cca. o ora).



Amestecati din cand in cand si verificati daca nu cumva s-a evaporat apa. Daca e nevoie, adaugati 3, 4 linguri de apa fierbinte.



Cand carnea e bine patrunsa, e frageda si moale, tocanita e gata!

Iata cum mi-a iesit mie:



Tocanita se serveste cu cartofi piure sau natur ori cu paste. Noi am ales cartofii ☐



Ardeiul iute e optional ☐ , puteti folosi muraturi!

Laura
Sava



Delicios!!!

P.S. Eu am facut tocanita destul de groasa, fiindca asa ii place lui Cipi dar voi o puteti face cu mai mult sos.

Tocanita de cartofi



Laura Sava

Astazi am pentru voi o tocanita de cartofi, **de post**, foarte simpla dar foarte gustoasa. Daca faceti si salata verde cu ridichi, de mai jos, va veti delecta cu o mancare incredibila!!!!!!

Daca sunteti mai multi la masa, va sfatuiesc sa faceti portie dubla, pentru ca altfel... ☐ Valabil in ambele cazuri: si pentru tocanita, si pentru salata!

Ingrediente:

Pentru tocanita de cartofi:

- o ceapa
- un ardei galben
- un ardei rosu (capia)
- 4, 5 cartofi potriviti
- sare, piper
- ulei pentru calit (3, 4 linguri)
- apa pentru fiert

- 2, 3 rosii mititele
- 3, 4 linguri suc de rosii/bulion
- 1, 2 foi de dafin
- frunze de patrunjel
- frunze de marar

Salata verde cu ridichi:

- o salata verde (mica)
- una, doua ridichi
- un fir de usturoi verde
- sare, dupa gust
- ulei de masline
- zeama de lamaie

Mod de preparare:

Preparare tocanita de cartofi:

Taiati ceapa si ardeii in cubulete si caliti-le putin in ulei. Adaugati apoi cartofii, taiati cubulete (mai mari), apa cat sa-i acopere bine, foile de dafin, sare si putin piper macinat. Taiati rosiile in cubulete si adaugati-le si pe ele in mancare iar mai tarziu turnati si sucul de rosii. La final, puneti verdeata proaspata, tocata.



Pentru salata verde, cu ridichi:

Taiati ridichea și usturoiul verde in felii foarte subțiri; puneti-le intr-un bol, sarati dupa gust si puneti cateva linguri de ulei de măsline.

Amestecati totul bine si lasati deoparte, sa-și ia gust, să devină un sos.

Intre timp, se pregatesc niste frunze fragede de salata verde (se spala bine și se taie fasii subtiri). Se pune salata verde peste sosul din bol, se adauga zeama de lamaie și se amesteca bine:



E cu adevarat o mancare simpla si gustoasa! Te pupam cu drag, Natalia, si eu si mami ☺

Pana se termina postul am s-o mai fac (in aceeasi formula, cu salata) fiindca mi-a placut nespus de mult!

Sursa: **Natalia**

Tocanita cu ciuperci



0 tocanita cu ciuperci, ardei si rosii, de post, ar merge de minune cu o mamaliga sau un **piure de cartofi**, nu credeti?! Ori poate c-un orez?! :)) Orice varianta ati alege, eu va doresc sa va bucurati de ea impreuna cu cei dragi!! S-aveti pofta! ☐

Ingrediente:

- 2 ardei grasi
- 2 gogosari
- 3 cepe
- 3-4 catei de usturoi
- 4 linguri ulei
- 500 g ciuperci
- 400 g rosii in bulion

- supa de legume
- 2 linguri de bulion
- patrunjel, marar
- sare si piper
- **chilli sos** (2-3 linguri)

Mod de preparare:

Se toaca ceapa marunt si se caleste cu un praf de sare. Ciupercile se taie felii. Se adauga ciupercile, se mai lasa sa se caleasca putin apoi se adauga jumatate de cana de supa de legume si se lasa sa fiarba inabusit 20-25 min. (se mai pune putina apa daca e cazul).

Intre timp ardeii grasi, gogosarii si rosiile se taie cubulete. Apoi se adauga ardeii si gogosarii taiati fasii si se lasa sa fiarba cca 10-12 minute dupa care se pun rosiile taiate cubulete. Se amesteca si se fierbe inabusit pana cand scade sosul si totul e bine fiert. La final se pot adauga 2 linguri de bulion.

Se potriveste de sare, piper, chilli sos, verdeata, se adauga usturoiul pisat cu 2-3 minute inainte de a o lua de pe foc si se serveste cu mamaliguta, cum am facut noi ☐ , sau cu orice vreti voi!!!!

Nemaipomenit de gustoasa tocanita asta de ciuperci, pe care eu am „transformat-o” intr-o floare...delicioasa! :))



Laura Sava



Laura Sava

Sursa aici