

# Salata de legume – Gusturi Romanesti de la gospodari



Dragilor, m-am implicat cu atata drag si bucurie in proiectul **Mega Image** „Gusturi romanesti de la gospodari” pentru ca vreau sa vad pe rafturile magazinelor legume romanesti, direct de la producatori, produse locale, proaspete, care isi pastreaza gustul bun, de odinioara. Programul vine atat in ajutorul producatorilor locali de legume, peste 70 la numar, cat si in ajutorul nostru, al cumparatorilor.

Sortimentul de legume e unul vast si cuprinde rosii, vinete, ardei gras, ardei kapia, castraveti cornison si salata verde. Eu astazi am realizat o salata de legume rustica cu rulouri de vinete, ca pe vremuri ☐

Am primit de la Mega Image o ladita cu cele mai proaspete si gustoase legume pe care le-am mancat in ultimul timp, drept pentru care le multumesc din suflet! Vinetele au fost grozave, fara samburi aproape deloc, iar ardeii si rosiile au fost super fresh.

Prima imagine care mi-a venit in minte, atunci cand le-am gustat, a fost buna mea draga, aplecata mereu, cu sapa in mana, catre pamantul pe care numai ea stia sa il faca bogat si roditor. Apoi a venit gustul, gustul ala bun, din copilarie. Nu exagerez cand va spun ca mi s-au umezit ochii...

Am optat pentru o reteta de salata mai complexa, in care sa incorporez si „elementul” crud dar si pe cel gatit. Am preparat separat niste rulouri de vinete umplute cu crutoane de paine si branza sarata, pentru efectul crunchy al salatei (adica, crocant ☐ ) si am combinat o salata de ardei copti cu usturoi, de-li-cioa-sa, cu felii proaspete de rosii si ardei grasi.

Nu va pot reda in cuvinte ce a iesit!!!!!! :)) O bunatate!!!

O alta salata de vara delicioasa gasiti aici: **Salata taraneasca de vinete**

## **Ingrediente:**

- 3-4 rosii „Gusturi Romanesti” de la Mega Image
- 1 ardei gras „Gusturi Romanesti” de la Mega Image

## **Pentru salata de ardei copti (kapia):**

- 4 ardei kapia „Gusturi Romanesti” de la Mega Image
- 3, 4 catei de usturoi

## **Pentru marinada de ulei:**

- 6 linguri ulei (floarea soarelui sau de masline)
- 2 linguri otet de vin
- sare si piper dupa gust
- 1/2 lingurita mustar Dijon (optional)
- o lingura verdeata tocata: patrunjel, busuioc, etc (optional)

## **Pentru rulourile de vinete:**

- 2 vinete (lungi), Gusturi Romanesti de la Mega Image
- doua felii mici de paine de casa
- 50 g branza telemea (sarata)

Iata ladita mea cu legume proaspete, direct de la producatori, pe care scrie: „Gustul perfect al legumelor de la tara”, ceea ce s-a dovedit a fi exact asa, adica perfect! □



### **Mod de preparare:**

Se spala rosiile si ardeii grasi si si se lasa deoparte intr-un bol. Acestea sunt singurele legume care vor ramane crude, in stare proaspata. Ardeii kapia se coc pe plita, la foc iute, se sareaza (folositi sare groasa) si-apoi se lasa, sub capac, pana cand se racoresc bine. Vinetele se spala si se taie in felii subtiri; se sareaza pe ambele parti si se lasa cateva minute sa stea:



Priviti cat de frumoase sunt vinetele!!!



In continuare, se incinge putin ulei in tigaia grill, sau intr-o tigaie normala, si se prajesc feliile de vinete, in transe. Nu le inghesuiti, pentru a se putea praji bine! Se prajesc pe ambele parti pana cand prind o culoare maronie, frumoasa. Se lasa deoparte.



Se prepara salata de ardei copti: se decojesc ardeii copti si se amesteca cu marinada de ulei (se amesteca toate ingredientele de la marinada intr-un bol) si cateii de usturoi, taiati in feliute subtiri. Se lasa sa stea pana cand sunt gata toate celelalte operatii □



Se pregatesc crutoanele de paine: feliile de paine se taie in bucatele mici, care se prajesc, in aceeasi tigaie in care ati prajit si vinetele, cu putin ulei (3-4 linguri ulei) pana se rumenesc usor:



Branza rasa se presara peste crutoanele calde inca, direct in tigaie, si se amesteca foarte bine.

In continuare, se aseaza cate o lingurita de umplutura la baza feliilor de vinete si se ruleaza strans:



Vor arata foooarte bine la final!!! ☐



*Laura Sava*

Se incinge cuptorul la 180 grade C (foc potrivit). Se unge apoi o forma mica de copt cu putin ulei; rulourile de vinete se aseaza unele langa altele si se dau la cuptor cca. 12 minute. Scopul e ca rulourile sa nu se desfac mai apoi, compozitia incalzita in cuptor aderand mai bine la feliile de vinete deja prajite:



*Laura Sava*

La final, se amesteca salata de ardei copti, taiati in fasii subtiri, de la care ati scos cotorul cu seminte, cu rosiile si ardeii taiati in feliute. Salata de legume se serveste impreuna cu rulourile de vinete umplute:

