

SZYBKE PRZEKĄSKI

SAŁATKA Z ANANASEM

Składniki:

1 słoik selera w zalewie	szczypiorek
1/2 puszki ananasa	majeranek
3 jajka	curry
4 łyżki majonezu	sól, pieprz

Wykonanie

Czas przygotowania 10 minut, 1-2 porcje

Seler odcedzić i przełożyć do miski. Ananasa odcedzić i pokroić w większą kostkę. Jajka ugotować na twardo, zahartować, obrać i pokroić w kostkę. Wszystkie składniki połączyć z majonezem, doprawić do smaku i lekko wymieszać. Całość posypać pokrojonym szczypiorkiem.

ZUPA CYTRYNOWA

Składniki:

2 cytryny	1 i 1/2 l bulionu drobiowego
1 torebka ryżu	natka pietruszki
2 jajka	sól, biały pieprz

Wykonanie

Czas przygotowania 20 minut, 1-2 porcje

Ryż gotować w bulionie około 12 minut. Jajka ubić wraz z sokiem z cytryny. Wlewać powoli do garnka z bulionem, cały czas mieszając. Dodać przyprawy. Gotować około 3 minut, cały czas mieszając. Zieleninę posiekać i posypać nią zupełnie.

PRZYSTAWKA SZPINAKOWO-ORZECHOWA

Składniki:

1/2 kg liści szpinaku	1 czerwona cebula
1/2 szklanki orzechów ziemnych	2 łyżki oliwy
1/2 szklanki orzechów włoskich	sól
5 dag żółtego sera	

Wykonanie

Czas przygotowania 20 minut, 1-2 porcje

Orzechy i cebulę obrać i drobno pokroić. Szpinak dokładnie umyć, sparzyć i posiekać. Oliwę rozgrzać na patelni i podsmażyć cebulę. Po chwili dodać orzechy. Smażyć, cały czas mieszając, do momentu, aż orzechy będą rumiane. Dodać szpinak, posolić i smażyć dalej na małym ogniu około 10 minut. Ser zetrzeć na tarce i posypać nim szpinak po zdjęciu z ognia.



COŚ NA KOLACJĘ

PANGA W GALARECIE

Składniki:

1/2 puszki zielonego groszku	cytryna
1/2 puszki kukurydzy	włoszczyzna
40 dag pangi	przyprawa typu vegeta
3 łyżki żelatyny	ziele angielskie, liść laurowy

Wykonanie

Czas przygotowania około 70 minut, 4-5 porcje

Do garnka wlać 2 litry wody, dodać włoszczyznę i gotować, aż warzywa zmiękną. Następnie wrzucić rybę, liście laurowe, ziele angielskie i gotować około 8 minut. Rybę i włoszczyznę wyjąć. Rosół przecedzić przez gęste sito i rozpuścić w nim żelatynę. Do półmiska wsypać kukurydżę i groszek. Następnie ułożyć rybę i zalać wywarem z żelatyną. Danie wstawić do lodówki, aż do uzyskania konsystencji galarety. Podawać skropione cytryną.

BAGIETKA ZAPIEKANA Z WARZYWAMI

Składniki:

15 dag żółtego sera	2 cebule
2 duże pomidory	1/2 pęczka szczypiorku
1/3 główki sałaty lodowej	2 łyżki soku z cytryny
2 duże bagietki	papryka słodka
15 dag masła	sól, pieprz

Wykonanie

Czas przygotowania 15 minut, 3-4 porcje

Bagietki przekroić na pół i posmarować masłem. Żółty ser pokroić w plastry. Pomidory umyć i pokroić w plastry. Sałatę podzielić na pojedyncze liście, umyć i osuszyć. Na bagietkach rozłożyć sałatę, pomidory i ser. Zapiekać w piekarniku około 5 minut. Cebulę pokroić w drobną kostkę. Szczypiorek posiekać, wymieszać z cebulą, sokiem z cytryny i przyprawami. Gotowym sosem posmarować bagietki.

SAŁATKA Z SEREM FETA

Składniki:

20 dag sera feta	2 średnie ogórki kiszone
10 zielonych oliwek	szczypiorek
10 czarnych oliwek	2 łyżki octu winnego
1 czerwona papryka	1/2 szklanki oliwy
1 duża cebula, 4 pomidory	majeranek, sól, pieprz

Wykonanie

Czas przygotowania 10 minut, 2-3 porcje

Pomidory i ogórki umyć i pokroić w grubą kostkę. Paprykę oczyścić z nasion i pokroić w cienkie paski. Dodać oliwki i pokrojony szczypiorek. Cebulę obrać, pokroić w talarki i dodać do sałatki. Przyprawić do smaku solą, pieprzem i majerankiem. Skropić oliwą i octem winnym. Na koniec dodać pokrojony w grubą kostkę ser.