
Kalafior po włosku

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2727 razy.

1 kalafior (50 dag),

2-3 pomidory,

2-3 łyżki fasolki szparagowej konserwowej,

5 dag oliwek bez pestek,

1 puszka tuńczyka w oliwie (20 dag),

cukier,

sól i pieprz,

SOS:

1/2 szklanki majonezu,

2-3 łyżki śmietany,

2 łyżeczki soku z cytryny,

cukier,

sól i pieprz,

Kalafior oczyścić , opłukać i ugotować na półmiękkko (8-10 minut) w lekko osolonej i ocukrzoney wodzie, a następnie wyjąć , osączyć , ostudzić i podzielić na cząstki.

Pomidory sparzyć , obrać ze skórki, pokroić w ósemki, wymieszać z kalafiorem i fasolką, osączoną z zalewy.

Posolić i popieprzyć . Przełożyć do salaterki. Na tej

warstwie sałatki położyć rozdrobionego tuńczyka i posypać oliwkami pokrojonymi w paseczki (kilka całych oliwek odłożyć do dekoracji).

Przygotować sos:

Składniki sosu wymieszać , doprawić cukrem, solą i pieprzem. Polać sosem i udekorować całymi oliwkami. Przed podaniem oziębic (30 minut) w lodówce.

prosze Panstwa we WLOSZECH kalafior jada sie koniecznie ugotowany z wody i tylko z odrobina oleju i soku z cytryny albo parmiggiano.

Nadesłał(a): Sora Dora kucharka rzymska italia < dory61@alice.it> 2008-03-27 22:03:44