
Sałatka brokułowo-kalafiorowa

Dodano: 2005-12-12 16:06:57

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 4743 razy.

sałatka brokułowo-kalafiorowa

mrożone brokuły

mrożone kalafiory

kukurydza z puszki

ananas z puszki

świeża papryka w trzech kolorach lub sama czerwona (mięsista i słodka)

świeży lub mrożony koperek

sól, cukier, pieprz

majonez

Na dobrze osolony wrzątek z dodatkiem 1-2 łyżeczek cukru (dla zachowania pięknego zielonego koloru) wrzucić opłukane ze śniegu różyczki brokułów i kalafiorów. Gdy się zagotują - pozwolić im jeszcze na minutę szaleństwa we wrzątku i na tym koniec (co za dużo to nie zdrowo). Warzywa nie mogą być rozgotowane! Następnie wylać na durszlak i poczekać aż wystygną. W tym czasie otworzyć puszkę z kukurydzą i odcedzić zawartość - niech sobie czeka.

Umytą paprykę

pokroić w niezbyt grube i niezadługie paseczki (swoją drogą mam wątpliwości co do pisowni słowa "niezadługie" - łącznie czy rozdzielnie?)

Ananasy pokroić w cząstki średniej wielkości.

Koperek posiekać raczej grubo, powiedzmy na odcinki 5-7mm.

Moim zdaniem - drobniej posiekany smakuje tak samo, ale znacznie gorzej wygląda. Gdy uznamy, iż nadszedł już ten moment, że z kalafiorów i brokułów spadła ostatnia kropla wody, a temperatura obniżyła się dożądanego poziomu - delikatnie przekładamy je do miski, dodajemy kukurydżę i paprykę, ananasy, koper i majonez oraz przyprawy wedle własnego uznania. Wszystko lekko mieszamy i przekładamy do pięknej salaterki, starając się nie upać kać jej majonezem. Nie ma konieczności dekorowania tej sałatki ponieważ jest wystarczająco kolorowa, ale jak ktoś się uprze - to niech tam!

Nie podaję dokładnych proporcji składników. W tym przypadku nie ma to większego znaczenia. Jedno natomiast jest pewne - sałatka nie powinna pływać w majonezie.

Na drugi dzień jest na oko nieco mniej apetyczna, ale jadalna.

Nadesłał: Małgocha <>