

---

# Sałatka a la Anetek - kukurydziana

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

Język: Polski

Odwiedzono: 7077 razy.

Moje żelazne imprezowe sałatki, to np.

kukurydziana, z warzywami, lub owocami.

Najpierw robi się bazę:

dwa jabłka,

puszka kukurydzy i

trochę żółtego sera.

(jabłko i żółty ser kroimy w kostkę, jak ziarna kukurydzy).

Do wersji warzywnej się wrzuca:

pomidora,

paprykę - najlepiej czerwoną i zieloną,

rzodkiewki,

kiwi pokrojone w ćwierć plasterki,

rzodkiewki,

groszek...

Sos dowolny.

Wersja owocowa wymaga

pomarańczy,

ananasów z puszki,

banana,

też kiwi,

mandarynek,

brzoskwiń,

co się ma.

Jako sos nad wyraz pasuje majonez, nawet ten ostrzejszy.

Jeszcze jedna to z tuńczykiem, i pewnie nie będzie Wam pasować ... Ale podam, może jakiś substytut tuńczyka znajdziesz.

Potrzebna

jedna kapusta pekińska,

puszka tuńczyka (jak w oliwie, to tę oliwę zużyć do przygotowania sosu winegret),

puszka kukurydzy,

---

pomidor.

Kapustę pekińską się rwie na małe kawałki, wrzuca osączoną kukurydzę, tuńczyka - rozdrobnionego, pomidorka pokrojonego w małe kawałki... Można wrzucić seler naciowy, czemu nie. Zamiast kukurydzy może być np. soczewica, też dobre. Całość polewa się winegretem, najlepiej ostrym...

From: Aneta Baran [baran@sp072.cern.ch](mailto:baran@sp072.cern.ch)

---

mniam mniam

Nadesłal(a): aneta <[atenka@wp.pl](mailto:atenka@wp.pl)> 2006-02-17 13:02:38