

Kochani,

następna porcja pysznych wiosennych sałatek. Są one łatwe do wykonania, a do tego pięknie prezentują się na talerzu.

Wiosenna sałatka

Składniki:

- ✓ marchewka - 2 sztuki
- ✓ ogórek zielony - 1 sztuka
- ✓ rzodkiewki - 1 pęczek

Przygotowanie:

1. Warzywa myjemy i kroimy - ogórek i rzodkiewkę w cienkie plasterki, marchew w paseczki.
2. Przygotowujemy sos.
3. Mieszamy wszystkie warzywa, polewamy sosem.
4. Podajemy udekorowane świeżo ściętą rzeżuchą lub innymi świeżymi ziołami oraz mielonym kolorowym pieprzem.

Sos jest uniwersalny taki, jak w poprzednich sałatkach, na bazie oliwy, soku z cytryny i ewentualnie można dodać musztardę i miód – pełna dowolność. Wszystkie składniki najlepiej włożyć do słoiczka, zakręcić i energicznie potrząsnąć, aby otrzymać sos i gotowe.

Wiosenna sałatka z truskawkami

Składniki:

- ✓ pomidor żółty - 2 sztuki
- ✓ sałata karbowana - 0,5 sztuki
- ✓ natka pietruszki
- ✓ truskawki – kilka sztuk

Przygotowanie:

1. Sałatę myjemy i układamy na półmisku. Pomidory żółte kroimy w plasterki. Truskawki myjemy, odcinamy zieloną część, kroimy na połówki i układamy na sałacie.
2. Robimy sos do sałatki.
3. Na koniec ozdabiamy sałatkę natką pietruszki.

Sałatka z rzodkiewkami i fetą

Składniki:

- ✓ mix 4 rodzajów sałat - 1 opakowanie
- ✓ ogórek długi - 1 sztuka

- ✓ rzodkiewka -1 pęczek
- ✓ papryka zielona - 1 sztuka
- ✓ ser feta - 1 opakowanie

Przygotowanie:

1. Ogórka obieramy, kroimy wzdłuż na pół a potem w półplasterki.
2. Rzodkiewki kroimy na ćwiartki, paprykę w paseczki.
3. Wszystkie składniki mieszamy.
4. Fetę kroimy w kostkę i układamy na wierzchu sałatki.
5. Przygotowujemy sos (przepis uniwersalny powyżej).
6. Odstawiamy na 15 minut do lodówki.

Sałatka wiosenna z awokado

Składniki:

- ✓ dojrzałe awokado - 2 sztuki
- ✓ sok z cytryny - 1 łyżka
- ✓ pomarańcza - 1 sztuka
- ✓ różne rodzaje sałat: lodowa, strzępiasta, rukola
- ✓ pestki dyni lub słonecznika

Przygotowanie:

1. Kroimy awokado na cienkie plasterki i nacieramy delikatnie sokiem z cytryny i drobiną oleju z orzechów włoskich (albo innym dostępnym) tak, aby nie zbrązowiały.
2. Na talerzu układamy rukolę i sałatę.
3. Na wierzchu układamy plastry awokado, cząstki pomarańczy i posypujemy pestkami.
4. Polewamy sosem (wg przepisu powyżej).

Na koniec coś na ostodę – **Ciasteczka kruche**

Podam Wam przepis na idealne kruche ciasteczka. Zawsze się udają. Ten przepis w mojej rodzinie przechodzi z pokolenia na pokolenie. Jest sprawdzony. Można go wykorzystać do zrobienia każdego kruchego ciasta, np. do spodu na tartę czy spodu do ciasta z owocami - jest uniwersalny.

Składniki:

Mąka, masło i cukier puder- zawsze w proporcji 3:2:1 – i tak:

- ✓ 300 g mąki
- ✓ 200 g zimnego masła
- ✓ 100 g cukru pudru
- ✓ do tego 2 żółtka oraz 2 łyżki zimnej (lodowatej) wody

Ja to ciasto przygotowuję, korzystając z robota, ale można też wyrobić je ręką.

Składniki: mąkę, masło, cukier puder łączymy ze sobą, a potem dodajemy żółtka i wodę. Szybko zagniatamy (aby ciasto się nie zagrzało) lub wyrabiamy robotem. Gotowe ciasto „spłaszczamy”, zawijamy w papier do pieczenia i wkładamy do lodówki na około 30 minut.

Po tym czasie wyjmujemy je z lodówki i wałkujemy (też przez papier – wtedy ciasta nie musimy podsypywać mąką) na grubość ok 2-3 milimetrów. Wycinamy dowolne kształty, układamy na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Wstawiamy do piekarnika nagrzanego do 180° C i pieczemy ok. 10 minut (bez termoobiegu tylko grzałka góra- dół).

Po przestudzeniu ciasteczka są gotowe do zjedzenia.

Smacznego!