

Ai Cartofi în Casă? – Hai să Facem Salata Supremă de cartofi (de Post)



Salată de Cartofi de Post



Salată de Cartofi de Post – **simplă, sănătoasă și plină de arome!**

Dacă vrei o **rețetă rapidă și delicioasă**, această salată este exact ce ai nevoie! Combinația dintre cartofi fierți, varză crocantă și legume proaspete **te va cuceri de la prima înghițitură.**

Sățioasă și nutritivă, fără prăjeli, doar ingrediente naturale, gata în câteva minute. Perfectă ca atare sau alături de o felie de pâine proaspătă!

Ingrediente sunt mai jos în descriere, iar rețeta pas cu pas este prezentată în video.

- 1 kg cartofi
- 500 g varză albă
- 1 ceapă albă
- 1 ceapă roșie
- 5-6 ridichi

- 2 castraveți murați
- 2 castraveți la oțet
- 150 g măsline
- 1/2 ardei gras roșu
- 1/2 ardei gras verde
- 1 morcov mediu
- 5-6 fire ceapă verde
- 40-50 ml ulei de floarea soarelui
- 30 ml oțet din struguri
- 1 lingură rasă zahăr
- 1 linguriță pastă de hrean
- 4-5 g sare
- 1 linguriță rasă piper

1. Într-un bol, amestecă 30 ml oțet din struguri (9°), 1 lingură rasă de zahăr și 4-5 g sare.
2. Adaugă 1 linguriță de pastă de hrean (opțional, dar recomandat pentru aromă).
3. Incorporează 50 ml ulei de floarea-soarelui sau un ulei neutru.
4. Taie 1 ceapă galbenă mică și 1 ceapă roșie în felii subțiri.
5. Taie jumătate de ardei gras verde și jumătate de ardei gras roșu în felii.
6. Curăță 150 g morcov, taie-l în patru și dă-l pe răzătoare fină.
7. Adaugă 6 ridichi tăiate subțire și 2 castraveți murați + 2 castraveți la oțet, feliați.
8. Taie fin jumătate de varză mică (aprox. 500 g) și pune-o peste legume.
9. Amestecă bine, masând ușor ingredientele pentru a se înmuia și marina mai repede.
10. Fierbe 4 cartofi mari cu coajă, curăță-i și taie-i cubulețe.
11. Adaugă ceapă verde (5-6 fire, tocate mărunt).
12. Pune măsline fără sâmburi, după gust.

13. Aduagă piper proaspăt râșnit, după preferință.
14. Amestecă bine, lăsând cartofii să absoarbă aromele.
15. Gustă și ajustează cu oțet, sare sau piper, dacă este necesar.
16. Lasă salata la frigider pentru 1-2 ore, pentru ca aromele să se întrepătrundă.