

Mâncare Rapidă cu ARDEI, Salată de Ardei Copti – Ardei GRAS și Ardei Kapia



Mâncare Rapidă cu ARDEI, Salată de Ardei Copti – Ardei GRAS și Ardei Kapia



Ce mai poți spune despre această salată? Este o Mâncare Rapidă cu ARDEI, o delicioasă Salată de Ardei Copti, cu Ardei Gras și Ardei Kapia.

Această salată de ardei te va cuceri cu siguranță prin gustul său, aroma inconfundabilă și textura plăcută.

Salata care include atât ardei kapia, cât și ardei gras, face ca totul să fie și mai apetisant

- 1 kg ardei amestec, Kapia și gras
- 100 ml de apă
- 50 ml oțet de mere (6 grade), sau după gust
- 25-30 ml ulei floarea-soarelui, sau de măsline
- 3-4 frunzulițe de țelină
- 1/4 linguriță piper proaspăt râșnit
- 2 linguri de miere de albine
- 2 căței de usturoi

▪ 1 linguriță de sare

1. Pune ardeii pe aragaz sau pe un grătar și coace-i pe toate părțile până când pielea devine neagră și ardeii sunt bine coapți.



2. După coacere, acoperă ardeii cu un capac sau o folie pentru aproximativ 10-15 minute.

3. Amestecă într-un bol apa, usturoiul feliat, frunzele de țelină tăiate fâșiuțe, mierea, oțetul, uleiul de floarea soarelui, sarea și piperul.

4. După ce s-au răcit, curăță ardeii de pielea arsă. Încearcă să păstrezi cât mai mult din sucul ardeilor.



5. Taie ardeii copti în fâșii sau bucăți, după preferință, și așază-i într-un bol.

6. Adaugă dressingul peste ardeii copti și amestecă bine.

