

Picăreală – Cea mai Intensă Rețetă de Salată Picantă



Cea mai Intensă Rețetă de Salată Picantă



Salata picantă în borcan este o **explozie de arome** care aduce **prospețime și gust** picant în meniul tău. Picăreala combină legume precum **ardei iuți, ardei gras, kapia, ceapă și oțet**, asezonate cu condimente pentru un gust intens. Poți pregăti ușor această salată și o păstrezi la îndemână pentru a o servi ca aperitiv, **alături de carne sau în salate**. Pe lângă savoare, salata oferă beneficii pentru sănătate datorită vitaminelor din legume și efectelor ardeilor iuți asupra metabolismului.

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

- 1 kg ardei gras galben
- 1 kg ardei kapia
- 1 kg ceapă
- 500 g ardei iute
- 150 g zahăr
- frunze de dafin
- lingură muștar boabe
- lingură rasă boabe de piper

- 50 g sare de murături
- 500 ml oțet de 9 grade
- 300 ml apă

1. Curăță și taie 1 kg de ardei gras (galben, alb, verde, portocaliu) în fâșii de aproximativ 1 cm lățime. Curăță și taie 1 kg de ardei kapia în fâșii similare.
2. Curăță 1 kg de ceapă și taie-o fideluță (subțire). Taie 500 g de ardei iute, curățând semințele și nervurile dacă nu vrei un gust prea intens.
3. Într-o oală mare, adaugă ardeii și ceapa tăiați. Adaugă 150 g de zahăr, 4 frunze de dafin, 1 lingură de boabe de muștar, 1 lingură de boabe de piper și 50 g de sare (pentru murături).
4. Toarnă 500 ml de oțet (de 9 grade) și 300 ml de apă. Amestecă totul bine și lasă ingredientele să se marineze și să lase zeamă.
5. Pune tot amestecul pe foc și lasă să fiarbă la foc mare. După ce începe să fiarbă, lasă-l să fiarbă timp de 2-3 minute pentru a înmuia ușor legumele, fără a le găti complet.
6. Sterilizează borcanele în cuptor la 150°C timp de 15 minute. Pune legumele fierbinți în borcane sterilizate, lăsând lichidul la final. Uple borcanele cu lichidul rezultat până la buza borcanului.
7. Strânge capacele bine și lasă borcanele să se răcească treptat. Salata picantă este gata pentru iarnă și poate fi servită cu friptură, ciorbe sau alte mâncăruri tradiționale.