

Rulouri din Cartofi cu ciuperci – Rulouri savuroase, pregătite la tigaie



Asociația dintre cartofi și ciuperci preparați la tigaie este formidabilă. Amestecul de ceapă caramelizată cu condimentele alese se potrivește perfect. Și bonus, această rețetă vegană sau de post este atât de simplă în preparare, încât te va surprinde plăcut.

Rulouri din Cartofi cu Ciuperci



Rulouri de cartofi cu ciuperci gătite la tigaie – pur și simplu delicioase. O rețetă ideală pentru cei care urmează o dietă vegană sau țin post. Fiecare componentă aduce un **gust remarcabil**, având arome simple, dar **deosebit de savuroase**.

- 1,2 kg cartofi fierți în coajă cu sare, ca pentru salată orientală
- aprox. 1 kg ciuperci Champignon
- 3 cepe marișoare
- 5 căței de usturoi mărunțiți
- 1 legătură mărar
- 1 legătură pătrunjel
- 4-5 crenguțe de cimbru lămâios (opțional)
- 1 linguriță rasă piper proaspăt rășnit

- 8-10 g sare, sau după gust
- 1/4 linguriță fulgi de ardei iute
- 60-80 ml ulei de măsline sau floarea-soarelui pentru prăjit
- lavaș, sau lipie subțire

1. Mărunțește ceapa.
2. Fierbe barabulele (cartofii) în coajă cu puțină sare până devin potrivite, ca pentru salată orientală.
3. Curăță și taie ciupercile: Începi cu tulpina, apoi taie pălăria în fâșii de 5-6 mm grosime, apoi rotește la 90 de grade și taie din nou.



4. Tocă mărarul și pătrunjelul: Îndepărtezi codița și toacă de la codițe spre frunzulițe.
5. Pregătește cimbrul lămâios: Prinde de tijă și trage, păstrând doar frunzulițele mici.
6. Mărunțește 5 căței de usturoi.
7. Pregătește lavașul sau lipia libaneză, dacă nu ai lavaș.



Gătirea umpluturii:

1. Încinge într-o tigaie cu gura largă 20-30 ml de ulei de măsline.
2. Adaugă ceapa mărunțită și o linguriță de sare. Amestecă și lasă să se înmoaie.
3. După 5 minute, adaugă usturoiul mărunțit și amestecă pentru 10 secunde.
4. Adaugă ciupercile tăiate și prăjește până se elimină apa și uleiul începe să iasă la suprafață.
5. Adaugă piper proaspăt râșnit și ardei în fulgi. Amestecă, oprește focul.
6. Dă pe răzătoarea mică cartofii fierți și răciți.



7. Adaugă verdeța tocată (mărar, pătrunjel, cimbru lămâios) și amestecă.

8. Incorporează ciupercile cu ceapa în compoziție. Amestecă până obții o pastă omogenă.
9. Gustă de sare și piper și ajustează dacă este necesar.
10. Întinde o bucată de lavaș sau lipie pe blat.
11. Pune o porție din compoziția de cartofi și ciuperci pe o parte a lavașului și rulează strâns.



12. Taie ruloul format în patru pachețele egale.
13. Repetă procesul până se termină compoziția și foile.
14. Încinge 15 ml de ulei într-o tigaie.
15. Pune pachețelele în tigaie și prăjește-le pe ambele părți până sunt aurii și crocante, la foc mic.



16. Continuă cu toate pachețelele până le-ai prăjit pe toate.