

Salată de Dovlecei cu șuncă afumată – O altfel de salată de dovlecei



Vă propun o variantă diferită de salată cu dovlecei: salată de dovlecei opăriți cu șuncă afumată. De obicei, atunci când gândim la dovlecei, îi pregătim pane, adică dovlecei pane cu ou și usturoi. Dar dovleceii sunt atât de versatili încât salatele create cu ei sunt deosebite.

Salată de Dovlecei (cu șuncă afumată)



Vă prezint o rețetă de **salată** în care am folosit **dovlecei** opăriți în apă sărată, ulterior răciți și amestecați cu diverse ingrediente: **brânză cheddar sau cașcaval, șuncă de Praga afumată sau piept de pui la grătar, condimente, usturoi** – care se potrivește excelent cu dovleceii – și nu în ultimul rând, **mărar**. Această rețetă de salată este ideală: este **simplă, rapidă** și nu necesită un buget mare. Iaurtul poate fi înlocuit cu ușurință cu maioneză, fie homemade, fie din comerț.

- 1 kg dovlecei tineri, fără semințe prea dezvoltate
- 100 gr șuncă de Praga, sau piept de pui la grătar, sau

orice doriți

- 100 gr cașcaval, brânză cheddar, etc
- 2 legături de mărar proaspăt (doar frunzulițele)
- 200 gr iaurt grecesc, sau maioneză
- 1 lingură rasă de sare, sau după gust
- 4-5 căței de usturoi, sau după gust
- 1/2 linguriță piper, sau după gust
- opțional boia de ardei dulce, sau se poate adăuga ardei proaspăt cubulețe
- zeamă de lămâie, după gust

1. Pune la fiert cam 2 litri de apă.
2. Curăță dovleceii și îndepărtează capetele.



3. Taie dovlecelul în felii de 1 cm grosime și apoi în fasii tot de 1 cm.
4. Taie dovlecelul în cubulețe de 1 cm x 1 cm x 1 cm.
5. Când apa dă în clocot, adaugă o lingură rasă de sare.
6. Pune dovleceii în apa fierbinte și lasă-i să fiarbă la foc molcom timp de 5 minute.



7. După 5 minute, oprește focul și scoate dovleceii într-un bol.
8. Trece dovleceii sub jet de apă rece pentru a opri gătitrea.
9. Adaugă într-un bol: dovleceii, 100 g de brânză cheddar (sau cascaval), 100 g de șunculiță de Praga, mărarul de la două legături, 5 căței de usturoi tocați mărunt, jumătate de linguriță de sare, jumătate de linguriță de piper proaspăt râșnit, jumătate de linguriță de boia de ardei dulce sau iute și 200 g de iaurt grecesc.



10. Amestecă toate ingredientele în bol.
11. Adaugă zeama de la o jumătate de lămâie (cam 3 linguri de zeamă).
12. Acoperă bolul și dă-l la frigider timp de 20 de minute.
13. După 20 de minute, servește salata.

