Francuskie Wrapy ze Szparagami

Dość długo zastanawiałam się czy kolejny post powinien znowu składać się z prywatnych zdjęć czy powinnam w końcu podzielić się z Wami nowym przepisem. Tym razem padło na przepis, ale pewnie w przyszłym tygodniu dodam zdjęcia z pożegnalnej imprezy z Polski. Co do dzisiejszego przepisu to przygotowałam go jeszcze w Polsce, gdy zaczynał się sezon na szparagi. Tutaj w USA o każdej porze roku można kupić to warzywo w dość taniej cenie. Szkoda, że w Polsce gdy nie ma sezonu cena przekracza 18 zł. ; (Mam nadzieję, że jednak wypróbujecie taką szybka, a jakże wykwintną przekąskę gdy będziecie gościć swoich przyjaciół, czy rodzinę, bo jest to strzał w 10 !

Oryginalny przepis, który znalazłam w amerykańskiej książce zawierał pesto i uważam, że ta wersja też jest przepyszna, jednak nie zawsze mamy w domu świeżą bazylie by takie pesto przygotować, a sklepowego nawet nie radze kupować, płaci się straszne pieniądze za chemie i składniki, które do włoskiej wersji nigdy, przenigdy by nie trafiły!

Francuskie Wrapy ze Szparagami

Składniki:

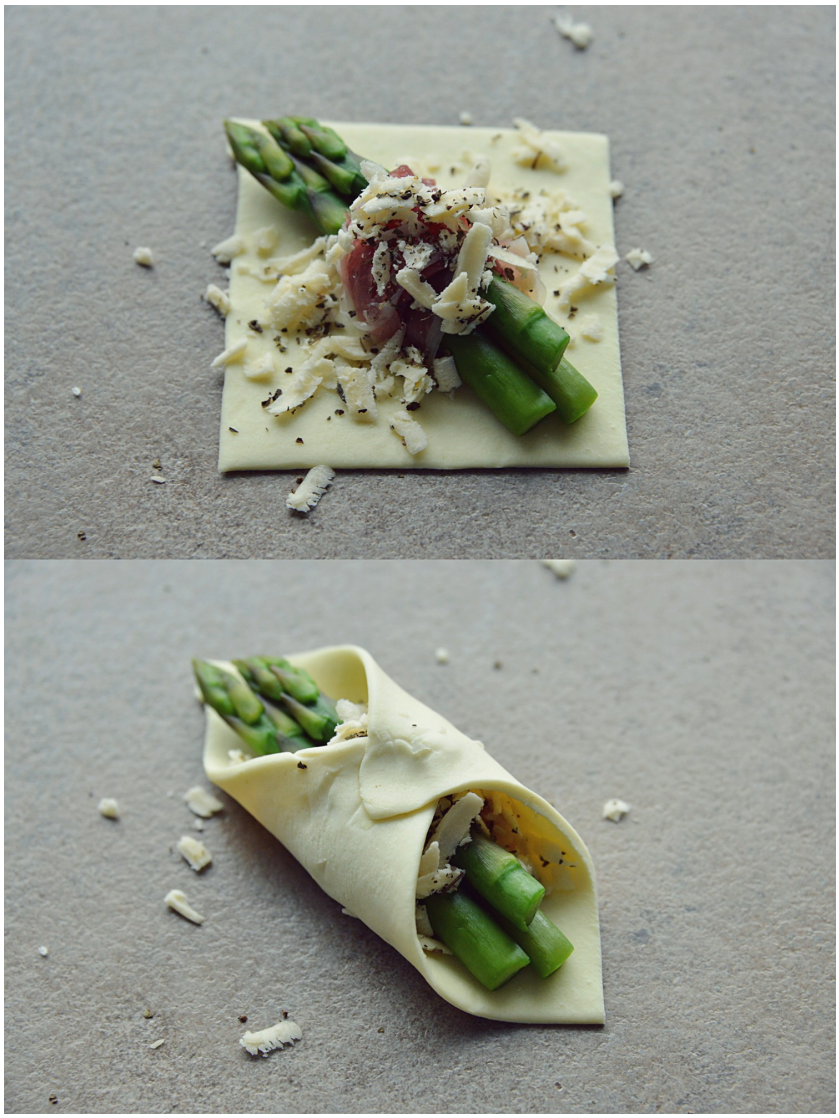
200 g szparagów *(połowa sklepowej porcji)*
1/2 szklanki startego sera *(najlepiej tłustego by ładnie się topił)*
6 plasterków szynki prosciutto
1 opakowanie ciasta francuskiego
1 łyżka tymianku, bazylii, lub ziół prowansalskich
sól, pieprz

Zaczynamy:

Szparagi należy dokładnie umyć i osuszyć, następnie staramy się odłamać twarde końcówki. Jest to bardzo proste bo wystarczy wygiąć szparagi przy końcu, a wraz ze skwierczącym odgłosem odłamie się ta najtwardszą (zdrewniałą) część. Następnie gotujemy szparagi w osolonej wodzie, z odrobiną cukru przez około 4/5 minut. Najlepiej robi się to w wysokich i wąskich garnkach *(na stojąco)*, ale możecie przekroić szparagi na pół i ugotować je na ‘leżąco’.

Gdy szparagi są już ugotowane i osuszone, ciasto francuskie należy pokroić na równe kwadraciki. Powinno wyjść 6 lub 8 porcji
Ze szparagów robimy małe bukieciki, używamy do tego 3 połówek. Takie “bukieciki” owijamy szynką.

Następnie na ciasto francuskie kładziemy nasze zawijasy ze szparagami i szynką.
Wszystko posypujemy tartym serem i ulubionymi ziołami. Łączymy przeciwległe rogi.



Gotowe wrapy układamy na pergaminie do pieczenia i rozgrzewamy piekarnik do temperatury 200*C. Zanim zaczniemy je piec, możemy posmarować ciasto rozbełtanym jajkiem lub po prostu mlekiem.
Czas pieczenia to około 15/20 minut, ważne żeby nasze wrapy ładnie się zarumieniły.

SMACZNEGO zza oceanu!

Cheesy corn muffins / muffinki na słono z serem i kukurydzą

Chyba za często zaczynam posty słowem UWIELBIAM, ale i tym razem muszę go użyć, ponieważ uwielbiam próbować robić rzeczy które goszczą dość rzadko na naszych stołach.
Miało być coś śniadaniowego i jest Muffinki w całkiem innym wydaniu, bo na słono z dodatkiem sera i kukurydzy. Smakują cudownie, szczególnie na śniadanie.
Można je przekroić w pół, posmarować masełkiem i zjeść z plasterkiem szynki,
mój brat je muffinki z keczupem, a ja zjadam je bez żadnych dodatków.

Zapraszam do wypróbowania. Przepis jak zwykle bardzo prosty i mało kaloryczny. Pochodzi z amerykańskiej książki kucharskiej w która zaopatrzyłam się rok temu.

Cheesy corn muffins

Przelicznik kulinarny

Mąka pszenna (biała)	1 szklanka = 150g - 170g	1 łyżka = 10g
Mleko	1 szklanka = 250g	1 łyżka = 15g
Cukier	1 szklanka = 240g	1 łyżka = 14g

Składniki:

1 szklanka mąki kukurydzianej
1 szklanka mąki pszennej
2 łyżeczki proszku do pieczenia
1 szklanka mleka
100 g masła *(roztopionego)*
80 g cukru
1 łyżeczka soli
1 łyżeczka ostrej papryczki
2 jajka
200 g kukurydzy
300 g sera żółtego *(startego)*
mały kępek zielonej pietruszki

Zaczynamy:

Suche składniki mieszamy razem w jednej dużej misce.

W osobnej misce mieszamy mleko, jajka oraz roztopione masło na gładką masę.

Powstałą mieszaninę wlewamy do składników suchych.
Dodajemy pokrojona pietruszkę, kukurydze
i starty żółty ser, a następnie wszystko mieszamy.

Gotową masę przekładamy do foremek na babeczki *(jeśli nie mamy silikonowych wystarczy posmarować metalową formę tłuszczem i oprószyć bułką tartą)*.
Gdy foremki już są pełne, posypujemy muffinki jeszcze odrobiną sera.
Pieczemy w 180*C przez około 20-25 minut, aby były złociste.

SMACZNEGO !!!

Zapraszam do polubienia funpage’a !

KLIK