Sałatka z orzechami i kulkami z 4 serów

Szukając dania na romantyczną kolację, musimy pamiętać, aby nie serwować nic ciężkiego. Musimy wiedzieć, że po takiej kolacji mamy czuć się lekko.
Po kolacji przecież czas na pyszny deser, który gdzieś musimy zmieścić ! Dlatego dzisiaj przedstawiam Wam przepis na pyszną i wykwintną sałatkę. Musze tylko dodać, że nie jest to sałatka dla każdego. Ja kiedyś nawet bym jej nie powąchała, nawet nie chciałam patrzeć na ser gorgonzola. Aletoczyło, że ten "śmierdzący" ser stał się czymś co dodaje do sałatek, sosów czy nawet pizzy i muszę przyznać, że naprawdę go uwielbiam ! Ale jeśli go nie lubicie to po prostu pomińcie ten składnik.

Sałatka bardzo ładnie się prezentuje, a robi się ją banalnie! Wszystko to dzięki kuleczkom z 4 serów, które po wymieszaniu formuje się w kulki i obtacza w np. ziołach, słodkiej lub ostrej papryce czy pokrojonych orzechach. Wszystko robi się bardzo szybko, ale nie zostawiajmy tego na ostatnią chwilę. Lepiej przygotować kulki na godzinę lub nawet dwie i zostawić je w lodówce i wyszykować się na kolację, będą twardsze i zachowają swój kształt.

Sałatka z orzechami i kulkami z 4 serów

Składniki na kulki:

50 g sera Ricotta
(można go znaleźć w lidlu, ale możecie użyć w zamian zwykłego sera białego)
50 g sera żółtego *(startego)*
50 g sera gorgonzola *(lub blue cheese – lidl lub biedronka)*
50 g sera feta
+ jako posypka
posiekane orzechy włoskie, słodka papryka mielona, świeże zioła lub jedna z nich

Wykonanie:

W małej misce zwyczajnie mieszamy dokładnie wszystkie rodzaje serów. Możecie dosolić i dopieprzyć jeśli lubicie. Feta sama w sobie jest słona więc jak dla mnie nie trzeba.
Taką masę możemy włożyć na 15 do 30 minut do lodówki, aby łatwiej formułowało się kulki.

Z masy robimy kulki. Wedle uznania. Możecie zrobić więcej małych lub mniej dużych!

Twórzcie! Może nawet uda się zrobić SERDUSZKA <3

Kulki obtaczamy w wybranej lub po prostu w 3 posypkach. Kładziemy na talerzu i wstawiamy do lodówki do czasu przygotowania sałatki.

Gdy nasze kulki się chłodzą czas na przygotowanie dressingu:

Składniki:
2 łyżki oliwy z oliwek
2 łyżki soku z cytryny
1 łyżeczka miodu
1 posiekany ząbek czosnku
mała garstka orzechów włoskich, również posiekanych
sól i pieprz do smaku

Oczywiście do tego wszystkiego sałata, może być rzymska, albo zwyczajnie mix sałat.

Wszystkie składniki dokładnie mieszamy.
Polewamy posiekaną sałatę i układami na niej nasze kulki serowe.

SMACZNEGO KOCHANI !!!

Sałatka Cezara

Mamy 1 sierpnia ! <3

Nie jestem pewna czy pamiętacie, a może jeszcze nie wiecie, ale miesiąc Sierpień staje się u Maniaczki miesiącem ze

zdrowymi i wartościowymi przepisami!
Dla mnie samej będzie to również wyzwanie, zrezygnować z większości kalorycznych deserów, ale przecież nie będziemy się głodzić ! <3
Będziemy szukać, wymyślać nowe przepisy,
które będą nam w stanie zastąpić zachcianki na bardzo ciężkie i niezdrowe słodkości.

Dzisiaj mam dla Was pyszną sałatkę Caesar, która oryginalnie składa się z sałaty rzymskiej, dressingu Caesar i świeżo startego parmezanu. Dzisiaj jednak dodamy pomidorki koktajlowe, kawałki kurczaka, a jeśli bardzo lubicie grzanki możecie je zrobić, ale ważne żeby pieczywo nie było “puste! Co do dressingu, robi się go oryginalnie wraz z żółtkiem, ale nie wiem czy chcecie ufać dzisiejszym makretowym jajkom. Dlatego zrobiłam dla Was troszeczkę bezpieczniejszą, jednak w ciąż pyszną opcje.

ZAPRASZAM

SAŁATKA CAESAR !

Zacznijmy od przygotowania dressingu.

Wszystkie składniki dokładnie wymieszaj
(czosnek pokrój drobniutko lub przepuść przez dusiciela).
Wstaw do lodówki na czas przygotowania sałaty.

2 łyżki oliwy z oliwek
2 łyżeczki musztardy
1 łyżka soku z cytryny
1 lub 2 ząbki czosnku
Sól i pieprz do smaku

Składniki na sałatę:

3 kromki pełnoziarnistego pieczywa
(pokrojonego w kosteczkę)
6/10 pomidorków koktajlowych
2 piersi z kurczaka
(pokrojone w kosteczkę)
2 małe sałaty rzymskie
Parmezan

Zaczynamy:

Zacznijmy od przygotowania kurczaka oraz grzanek.
Kurczaka dopraw solą, pieprzem i ulubioną przyprawą
i usmaż go na oliwie, wrzucając go na dobrze rozgrzaną patelnie.
Nie chcemy, aby wydostały się z niego soki i był suchy.
Chleb pokrojony w kosteczkę wrzuć na delikatnie rozgrzaną patelnie,
posyp ulubionymi ziołami i podsmażaj, mieszając od czasu do czasu.
Grzanki mają być chrupie i zarumienione.

Sałatę pokrój w paseczki i wymieszaj z dressingiem.
Zetrzyj parmezan na małych oczkach tarki i wymieszaj wszystko jeszcze raz.

Pokrój pomidorki wzdłuż i ułóż na sałacie, dodaj kurczaka i grzanki.
Możesz jeszcze przyprószyć parmezanem.

SMACZNEGO !!!

Sałatka z kurczakiem i truskawkami w sosie miodowo-balsamicznym

Czy próbowaliście kiedyś łączyć owoce z mięsem ? Mi pierwszy raz zdarzyło się to w amerykańskim fast-fodzie tzn. Wendy’s. Była to sałatka z kurczakiem, jagodami, truskawkami i orzechami.
Wszystko polane sosem balsamicznym. **MNIAM !!!** Sos miodowo-balsamiczny w mojej sałatce w połączeniu ze świeżymi

truskawekami jest idealny. Do tego kawałki kurczaka, który marynowany jest w miodzie i musztardzie…<3 Grzanki są opcjonalne, ale podprażone migdałki ….
Bez tej cudownej posypki ta sałatka już nie będzie taka sama.

Zachęcam Was bardzo do wypróbowania tego bardzo prostego i szybkiego przepisu, szczególnie jeśli macie pozostałości w lodówce,
które możecie dorzucić do tej szybkiej opcji na lunch.

Sałatka <3

Składniki:

Kilka truskawek
2 piersi z kurczaka
1 opakowanie świeżego szpinaku
kilka kromek chleba
2 garści migdałów

OF CALIFORNIA
QUALITY NUTS SINCE
Sliced Almonds

Zaczynamy:

Najlepiej zacząć od grzanek, nie potrzebują one dużej uwagi, a tylko małego ognia i mieszania od czasu do czasu.

Chleb kroimy w kosteczkę i smażymy na małym ogniu na masełku z ulubionymi ziołami. Ja uwielbiam czosnek oraz zioła prowansalskie.
Podgrzewamy chlebek do czasu mieszając, aż będzie chrupki.

Teraz możemy zająć się przygotowaniem kurczaka.

Ja użyłam do tego musztardy miodowej, ale Wy poradzicie sobie tak samo dobrze z 2 łyżkami miodu i dwiema łyżkami musztardy
i odrobiną soli. Wystarczy pokroić pierś w kosteczkę
i obsmarować ją mieszaniną.
Takiego kurczaka smażymy na oliwie z oliwek i odstawiamy na bok.

Truskawki kroimy wedle uznania *(duże lub małe kosteczki)*,
szpinak obieramy z łodyg,
a migdały podprażamy na patelni bez tłuszczu na małym ogniu.

Aby przyrządzić dressing wystarczy skorzystać z wcześniej dodanego przepisu.

SOS BALSAMICZNO-MIODOWY

Najlepiej gdy przygotujemy każdą porcyjkę osobno
i wykończymy posypując migdałami.
Mamałyga w wielkiej misce nie prezentuje się już tak pięknie :D

SMACZNEGO !!!

Sałatka z awokado

Wiosna, cieplejszy wieje wiatr.
Wiosna, znów nam ubyło lat.
Wiosna, wiosna w koło rozkwitły bzy.
Skoro wiosna to i pyszne,
świeże sałatki, lekkie,
ale i pożywne.
Dzisiaj mam dla Was sałatkę z
awokado, kurczakiem, słodkimi koktajlowymi pomidorkami w

pysznym sosie.

Składniki na sałatkę:

1 miekkie awokado
1 słoik suszonych pomidorków
1 serek camembert
2 piersi z kurczaka
(dobrze przyprawione ziołami i słodką papryczką, usmażone na oliwie bez panierki)
7 pomidorków koktajlowych
1 mix sałat
Tarty ser długo-dojrzewający do posypania
Dodatkowo możemy uprażyć słoneczki do posypania.

Składniki na sos:

4 łyżki oliwy po suszonych pomidorkach
2 łyżki octu balsamicznego
2 łyżki płynnego miodu
sól i pieprz wedle uznania

Wykonanie:

Wszystko dokładnie mieszamy łyżką.

Zaczynamy:

Wszystkie składniki kroimy, pomidorki na pół, awokado w paseczki(obrywamy skórkę),

kurczaka również w paski. Serek w kwadraciki i suszone pomidorki także paseczki.
Sałatę wysypujemy na talerz i układamy wszystkie składniki na przemian.

Gdy wszystko jest pięknie ułożone polewamy sosem i posypujemy słonecznikiem.

SMACZNEGO !!!

Wszystkomaniaczka