

Salata la borcan cu piersici si capsune

written by Andreea



Dupa prognoza meteo a zilelor urmatoare, nadajduiesc ca vara incepe sa-si faca aparitia. Nu se stie ce surprize ne mai ofera vremea, dar ar cam fi cazul sa isi faca treaba bine si sa ne aduca soare cald de vara, zile senine si cu vacanta :).

Dar pana la vacanta mai e ceva timp, asa ca imi mai sting dorul cu cate o salata de fructe usoara si delicioasa! Salata asta se poate lua la picnic, caci, da, o puteti aseza intr-un borcan, sau o puteti servi intr-o zi torida de vara. Despre luat a doua zi la , eu zic sa va mai ganditi un pic la acest aspect :D, pentru ca are un pic de alcool, de fapt, putin, foarte putin vin. Daca nu va deranjeaza gurita aceea de vin din salata, atunci eu zic sa preparati mai des aceasta salata caci o sa va placa la nebunie! Pana apar piersicile acelea dulci si zemoase mai este ceva timp, asa ca intre timp am pregatit salata mea de astazi cu piersicile minunate de la SunFood. Asa bune si crocante sunt piersicile astea, nici nu zici ca sunt din compot! Imi plac la nebunie!

Ingrediente:

o conserva compot de piersici Sun Food 820 g

300 g capsune

50 ml vin alb sec

2 lingurite miere

coaja de la 1 lamaie verde netratata (lime)

2 crengute menta

2 crengute lamaita (verbina)



Pentru inceput puneti piersicile intr-o sita si lasati-le sa se scurga bine de sirop.



taiati piersicile in feliute



apoi taiati in feliute si capsunele spalate si curatate



Puneti piersicile si capsunele intr-un bol de sticla. Radeti coaja de lime. Eu am gasit niste lamai verzi bio, netratate si nestropite cu chimicale. Daca nu gasiti astfel de lamai, lasati-le in apa calda pentru 15 minute, dupa care spalati-le foarte bine cu detergent si caltiti-le cu apa.



tocati marunt menta si lamaita, adaugati vinul alb sec si mierea



amestecati totul bine cu o lingura, avand grija sa nu striviti fructele



lasati bolul la frigider pentru 2-3 ore pentru ca toate aromele sa se imbine, sau puneti salata in borcane cu capac atasat si pastrati borcanele la frigider pana in momentul servirii.



Este o salata varateca, foarte racoroasa



Si delicioasa din cale afara! ☐



Enjoy!