

Chec aperitiv

written by Andreea



Chec aperitiv cu porumb, masline, ardei si cascaval este o foarte usor de facut si satios. Are multe legume si poate fi luat ca gustare la birou sau in parc la picnic sau in calatorii.

In general, ideea de chec este asociata cu desert. Insa putem apela si la o varianta sarata atunci cand ne dorim o gustare care nu este dulce. Desi trebuie sa deschideti cuptorul pentru acest chec, eu va asigur ca o sa merite! Puteti face chiar doua checuri o data si puteti congela unul dintre ele. Rezista foarte bine la congelator chiar si 2 luni. Checul ramas, il puteti pastra la frigider pana in momentul in care doriti sa il consumati. Rezista bine si la temperatura camerei.

Partea si mai buna la acest chec este faptul ca puteti pune cam ce doriti in el, diferite tipuri de branzeturi, legume sau chiar bucatele de sunca sau carnati. Este si o idee buna sa folositi resturile din frigider pe care nu mai doriti sa le consumati ca atare.

Vara aceasta descoperim gusturi elementare prin combinatii surprinzatoare! **Cu ocazia lansarii celui mai nou film Disney si Pixar, Elementar**, prietenii de la Baneasa m-au provocat sa creez un fel de mancare surprinzator!



Pe blog mai gasiti si alte idei de gustari reci si rapide precum: Muhammara-pasta de ardei copti cu nuci, hummus cu sfecla rosie, salata de peste afumat cu porumb.

Nu uitati ca ma puteti gasi si pe Instagram pentru alte retete

si Stories dragute :).

- Ingrediente:
- 220 g faina 000 Baneasa
- 2 lingurite praf de copt
- 4 oua
- 1 lingurita oregano uscat
- 1 lingurita busuioc uscat
- Sare si piper
- 70 ml lapte
- 50 ml ulei de floarea soarelui
- 100 g porumb din conserva
- 100 g masline verzi fara samburi
- 1 ardei kapia rosu
- 70 g cascaval
- 1 legatura marar



Incingeti cuptorul la 180 grade Celsius. Pregatiti ingredientele: taiati rondele maslinele verzi, taiati cubulete ardeiu kapia, tocati marunt mararul.



Intr-un bol bateti ouale impreuna cu sarea si piperul, adaugati oregano si busuiocul uscat si amestecati bine.



Adaugati uleiul si laptele si amestecati foarte bine. Incorporati faina cernuta amestecata cu praful de copt.



Peste amestec puneti porumbul scurs de apa, maslinele, ardeiul kapia tocat, cascavalul ras si mararul tocat.



Turnati compozitia intr-o tava unsa cu ulei si tapetata cu faina.

Sau puteti sa tapetati tava cu hartie de copt.



Dati checul la cuptorul incins pentru 50-60 de minute pana ce checul capata o culoare aurie. Faceti testul cu scobitoarea deoarece compozitia este putin mai densa.



Chec aperitiv

Dupa ce este gata, scoateti checul de la cuptor, lasati-l sa se raceasca 15 minute in tava, apoi scoateti-l pe un gratar de bucatarie si lasati-l sa se raceasca complet.



Chec aperitiv

Este un chec delicios si foarte versatil.



Chec aperitiv

Un mod foarte bun de a salva resturile din frigider, insa si o gustare sanatoasa si delicioasa!



Chec aperitiv

Delectati-va cu acest chef surprinzator alaturi de cei mici si mergeti sa vedeti proiectia Elementar!



Chec aperitiv

Enjoy!

Salata cu paste si piersici

written by Andreea



Salata cu paste si piersici este un fel de mancare usor, cu arome de vara, cu piersici la gratar si dressing aromat.

Intotdeauna mi-au placut salatele, fie ca au fost mai simple sau mai bogate. Mereu mi-am dorit sa le combin cu diferite ingrediente, astfel incat sa fie nutritive si satioase, dar si placute la privire si neaparat foarte gustoase!

Vara aceasta descoperim gusturi elementare prin combinatii surprinzatoare! **Cu ocazia lansarii celui mai nou film Disney si Pixar, Elementar**, prietenii de la Baneasa m-au provocat sa creez un fel de mancare surprinzator!

Salata mea de astazi este una simpla, dar de mare efect, mai ales ca ea contine piersici la gratar. Ca sa fie putin mai satioasa, am ales pastele farfalle de la Baneasa pe care le-am fiert al dente.



Pe blog mai gasiti Salata de paste cu legume, Salata de couscous cu dovleac, sau o delicioasa salata chinezeasca de taitei cu alune.

Nu uitati ca ma puteti gasi si pe Instagram pentru alte retete si Stories dragute :).

▪ **Ingrediente:**

- 100 g paste farfalle Baneasa
- 100 g salata rucola
- 2 piersici nectarine
- 50 g mozzarella baby
- 30 g fistic tocat
- 1 lingurita crema de otet balsamic
- Busuioc proaspat

▪ **Pentru dressing:**

- 50 ml ulei de masline
- 1 lingurita amestec ierburi de Provence uscate
- Sucul de la $\frac{1}{2}$ lamaie
- sucul de la 1 portocala
- Sare si piper

Puneti pe foc o oala mare cu apa si o lingura de sare. Cand apa a dat in clocot, adaugati pastele si amestecati bine. Lasati sa fiarba pentru 5 minute pana ce pastele sunt al dente. Scurgeti pastele de apa, treceti-le printr-un jet de apa rece, dupa care stropiti-le cu putin ulei de masline. Lasati-le deoparte.



Pregatiti dressing-ul: intr-un bol amestecati uleiul de masline impreuna cu ierburile uscate si sucul de lamaie si cel de portocala. Condimentati cu sare si piper. Lasati deoparte.



Pregatiti piersicile: puneti pe foc un gratar la incins. Taiati piersicile in felii asezati-le pe o farfurie, condimentati-le cu sare, piper si stropiti-le cu putin ulei de masline.



Cand gratarul s-a incins, asezati feliile de piersici condimentate pe gratar, gatiti 2-3 minute pe fiecare parte.



Pregatiti salata: intr-o farfurie mare asezati salata rucola, peste ea turnati 2 linguri de dressing si amestecati bine.



Peste salata condimentata adaugati pastele, bilutele de mozzarella,



apoi piersicile.



La final presarati fistic tocat si busuioc proaspat. Stropiti salata cu restul de dressing. Din loc in loc puneti mici picaturi de crema de otet balsamic.



Este o salata perfecta pentru vara, se pregateste rapid si este foarte colorata!



Salata cu paste si piersici
Un mod ideal de a incorpora si fructele in salatele nutritive!



Salata cu paste si piersici
Delectati-va cu aceasta salata surprinzatoare alaturi de cei mici si mergeti sa vedeti proiectia Elementar!



Salata cu paste si piersici
Enjoy!



Salata cu paste si piersici

Paste cu portocale si pesto

written by Andreea



Paste cu portocale si pesto sunt o combinatie surprinzatoare cu arome delicioase de portocala, busuioc, alune de padure si menta.

Vara aceasta descoperim gusturi elementare prin combinatii surprinzatoare! Cu ocazia lansarii celei mai noi proiectii Disney si Pixar, pe nume Elementar, prietenii de la Baneasa m-au provocat sa creez un fel de mancare surprinzator!



Am ales pastele spaghetti pe care le-am combinat cu un sos delicios de portocale si pesto cu busuioc, menta si patrunjel. Au iesit atat de bune, fresh si cu note citrice. Cu siguranta le voi repeta! Inainte de toate, sa nu uit sa va las si voua reteta.



Paste cu portocale si pesto

Pe blog mai gasiti si alte retete de paste precum: Paste la cuptor cu rosii si mozzarella, paste integrale cu legume, paste cu sos ragu.

Nu uitati ca ma puteti gasi si pe Instagram pentru alte retete si Stories dragute :).

- Ingrediente:
- 200 g paste spaghetti Baneasa
- 1 portocala (coaja si sucul)
- 50 g alune de padure prajite
- 1 mana busuioc proaspat
- 1 mana patrunjel proaspat
- 15 frunze menta proaspata
- 1 catel usturoi
- 50 g parmesan ras
- 50 ml ulei de masline
- Sare
- Piper proaspat macinat



Puneti o oala mare cu apa la fiert impreuna cu 1 lingura de sare. Cand apa a dat in clocot, adaugati pastele si lasati-le

sa fiarba pana devin al dente.



Intre timp, pregatiti sosul de pesto cu portocale: In vasul unui blender adaugati alunele de padure, busuiocul, patrunjelul, menta, usturoiul si parmezanul ras. Radeti coaja de portocala si stoarceti sucul de portocala.



Porniti blenderul si blendati totul pana obtineti o pasta fina.



Acest pas va dura putin mai mult, deoarece alunele de padure sunt mai tari si dureaza mai mult pana se paseaza bine.



Cand pastele sunt fierte al dente, scoateti-le din oala intr-un castron, pastrati o cana din apa in care au fiert.



Cu blenderul pornit turnati in fir subtire uleiul de masline, dupa care turnati treptat din apa in care au fiert pastele. Blendati totul bine pana obtineti o pasta fina.

Turnati pesto peste pastele fierte si amestecati bine. Daca simtiti ca pastele sunt mai uscate, puteti sa mai adaugati putina din care au fiert pastele.



Amestecati pesto cu paste pana ce toate sunt bine incorporate si sunt acoperite de un sos cremos.



Paste cu portocale si pesto

Asezati pastele in farfurie, radeti inca putin parmezan pe deasupra, garnisiti cu coaja rasa de portocala si busuioc proaspat.



Paste cu portocale si pesto

Nu va temeti sa combinati mancarurile cu fructe, mai ales citrice, caci acestea dau un gust minunat si surprinzator!



Paste cu portocale si pesto

Nu uitati sa mergeti sa vedeti proiectia Elementar impreuna cu cei mici!



Enjoy!



Paste cu portocale si pesto

Paste la cuptor cu rosii si mozzarella

written by Andreea



Paste la cuptor cu rosii si mozzarella sunt preferatele noastre acasa. Paste fierte al dente, cu putine ingrediente, dar de calitate. Un fel de mancare ce se poate reincalzi si a doua zi, chiar daca sunt paste.

Am tot povestit despre paste aici pe blog, insa mai putin am vorbit despre pastele la cuptor. Desi, in mod normal, combinatia de rosii si mozzarella este mai potrivita pentru pizza, am gasit de cuviinta ca se potriveste la fel de bine si la paste. Atunci cand sunt coapte, pastele fac o crusta crocanta si delicioasa de la mozzarella!

Pentru astazi eu am ales paste de la Antonio di Vaio care sunt tot marca Baneasa. Si ca sa fie totul si mai dragut, am ales paste farfalle sau fundite. Bineinteles ca voi puteti alege si alta forma de paste, precum penne sau fusilli.



Pe blog mai gasiti si alte idei de paste la cuptor precum: paste cu pesto la cuptor sau budinca de macaroane cu branza.

Nu uitati ca ma puteti gasi si pe Instagram pentru alte retete si Stories dragute :).

Ingrediente:

- 250 g paste farfalle Antonio di Vaio
- 3 catei usturoi
- 30 ml ulei masline
- 500 ml suc de rosii
- 1 lingurita oregano uscat
- 1 lingurita busuioc uscat
- 1 lingurita rozmarin uscat
- 200 g rosii cherry
- 100 g mozzarella
- Busuioc proaspat
- Sare si piper



Pregatiti sosul: intr-o tigaie incingeti uleiul de masline. Adaugati usturoiul tocat marunt si caliti pentru cateva secunde.



Turnati sosul de rosii impreuna cu oregano, busuioc si rozmarin, potriviti de sare si piper. Lasati amestecul sa fiarba la foc mic acoperit cu un capac.



Intre timp, incingeti cuptorul la 200 grade Celsius. Puneti pe

foc o oala mare cu apa si 1 lingurita de sare. Cand apa a dat in clocot adaugati pastele, amestecati bine si lasati sa fiarba pentru 6 minute, pana ce devin al dente.



Scurgeti pastele de apa, pastrand 2 polonice din apa in care au fiert.



Turnati pastele peste sosul format impreuna cu apa de la paste.



Amestecati totul bine si turnati intr-o tava potrivita pentru cuptor.



Nivelati bine pastele in tava, adaugati din loc in loc rosiile cherry.



Peste toate adaugati mozzarella rasa.



Dati la cuptorul incins pentru 15-20 de minute pana ce mozzarella devine aurie si formeaza o crusta crocanta.



Paste la cuptor cu rosii si mozzarella
Garnisiti cu busuioc proaspat tocat si serviti imediat!



Paste la cuptor cu rosii si mozzarella
Sunt delicioase!



Paste la cuptor cu rosii si mozzarella
A doua zi se pot reincalzi usor, dar se pot consuma si reci.



Paste la cuptor cu rosii si mozzarella

Enjoy!



Paste la cuptor cu rosii si mozzarella

Cuscus cu verdeturi

written by Andreea



Cuscus cu verdeturi este un fel de mancare deosebit pe care il puteti pregati mai ales in aceasta perioada. Urzici, leurda, spanac proaspete si coaja de lamaie.

Pietele si gradinile abunda de verdeturi in aceasta perioada asa ca e pacat sa nu profitam de ele. Daca doriti sa faceti acest fel de mancare si dupa ce leurda si urzicile dispar, sa stiti ca puteti face acest fel de mancare si cu alte verdeturi precum stevie, loboda sau spanac congelat.

Cuscus din paste este obtinut din faina din grau dur si este cunoscut si sub denumirea de cuscus perlat, tocmai pentru ca bobitele seamana cu niste perle. Acest cuscus se pregteste diferit de couscous, care este obtinut din grau dur printr-o tehnica speciala.



Cuscus cu verdeturi

Puteti pregati cuscus si cu alte ingrediente precum rosii, dovlecei sau alte legume, intocmai ca pe niste paste obisnuite. Insa textura este diferita. Noua ne-a placut mult aceasta combinatie de verdeturi si cu siguranta o vom repeta. Metoda de pregatire a acestui fel de mancare a fost

asemanatoare cu cea de risotto, desi nu am folosit orez.

Pe blog mai gasiti si alte retete cu spanac precum: clatitele cu spanac, placinta cu spanac cu branza, placinta greceasca cu spanac.

Nu uitati ca ma puteti gasi si pe Instagram pentru alte retete si Stories dragute :).

- Ingrediente:
- 150 g Cus-cus Baneasa
- 2 catei de usturoi
- 30 g unt
- 30 ml ulei masline
- 1 mana mare urzici
- 1 mana mare spanac
- 2 legaturi leurda
- 400 ml apa
- Sare
- Piper
- Coaja de la 1 lamaie bio
- 100 ml smantana lichida
- 50 g parmezan



Cuscus cu verdeturi

Pregatiti ingredientele: spalati bine in cateva ape verdeturile, scurgeti-le bine de apa si lasati-le deoparte. Tocati marunt cateii de usturoi.

Intr-o rigaie sau intr-o oala incapatoare adaugati untul si uleiul de masline. Cand untul s-a topit adaugati usturoiul tocat marunt si caliti pentru cateva secunde pana ce usturoiul este usor rumen si capata miros placut.



Adaugati cuscus si amestecati bine pentru ca fiecare bobita sa fie acoperita cu unt si ulei. Gatiti timp de 1 minut, apoi

adaugati jumatate din cantitatea de apa.



Lasati sa fiarba la foc mic amestecand din cand in cand pana ce apa este absorbita.



Adaugati restul de apa si continuati sa gatiti pana ce bobitele de cuscus devin al dente.



Intre timp, asezati pe foc o oala mare cu apa si aduceti la punctul de fierbere. Cand apa a dat in clocot stingeti focul si adaugati verdeturile. Amestecati totul bine, puneti un capac pe oala si lasati asa cu focul stins pentru 10 minute.



Scurgeti de apa verdeturile si puneti-le intr-un blender. Pasati verdeturile cu blenderul pana ce obtineti un piure fin. Daca verdeturile sunt greu de pasat, adaugati un polonic din apa in care au stat.



Turnati piureul de verdeturi peste cuscus si amestecati bine.



Potriviti de sare si piper, adaugati coaja rasa de lamaie si smantana lichida si amestecati bine.



Lasati pe foc 2-3 minute pana ce piureul este bine amestecat cu paste.

La final adaugati parmezan ras si inca putina coaja rasa de lamaie.



Asezati in farfurii adanci si presarati inca putin parmezan ras.



Cuscus cu verdeturi
Serviti imediat.



Cuscus cu verdeturi
Acest cuscus are o culoare verde superba si este minunat la gust! Neaparat sa il incercati!



Cuscus cu verdeturi
Enjoy!

Saculeti cu legume si cascaval

written by Andreea



Saculeti cu legume si cascaval cu umplutură delicioasă de legume, somon afumat și cașcaval. Pe lângă faptul că sunt delicioși, sunt tare arătoși. Au un aer festiv și pot fi un aperitiv minunat la o masă de sărbătoare!

Am numit aceste aperitive săculeți, evident, pentru forma lor asemănătoare cu cea a unor săculeți sau a unor bocceluțe prinse la gură. Ca umplutură am optat pentru legume pe care le-am călit în puțin unt, le-am lăsat să se răcească, apoi le-am pus într-un aluat făcut de casă.



Pentru umplutură puteți alege ce doriți voi: fie că sunt

diferite tipuri de legume, fie că este carne, sau poate creveti, sau poate somon afumat, cum am folosit eu. Pentru un gust minunat și o savoare aparte, eu am folosit și niște cașcaval Hochland care s-a potrivit de minune cu legumele și somonul afumat.



Deși poate fi servit pe un platou, alături de nuci și fructe, sau într-un sandviș gustos, Cașcavalul Hochland se potrivește foarte bine și în preparatele calde, capătă un gust minunat în timpul coacerii. Mi-a plăcut mult și o să-l mai folosesc și la alte preparate!

Pe blog mai puteți găsi și alte preparate calde la cuptor precum strudel cu ciuperci, clătite cu ciuperci și cașcaval sau covrigei cu cașcaval și mac.

Iar dacă vreți să vedeți cum am pregătit acești săculeți cu legume și cașcaval, v-am lăsat un video pe Instagram .

- **INGREDIENTE (pentru 6 săculeți)**

- **pentru aluat:**

- 550 g făină de grâu
- 250 g cremă de brânză
- 100 g smântână fermentată
- 2 gălbenușuri de ou
- 1 lingură oțet
- 1/2 linguriță praf de copt
- 1/2 linguriță sare

- **pentru umplutură:**

- 150 g cașcaval clasic Hochland
- 130 g broccoli
- 1 ardei gras roșu
- 70 g mazăre congelată
- 50 g unt
- sare și piper
- coaja rasă de la 1 lămâie bio

- 100 g somon afumat
- 3 fire mărar proaspăt
- **pentru decor:**
- 1 legătură ceapă verde

MOD DE PREPARARE:

1. Într-un castron mai mare amestecăm gălbenușurile cu crema de brânză și smântâna, adaugăm lingura de oțet și sarea.



Încorporăm făina amestecată cu praful de copt și frământăm un aluat elastic care nu se mai lipește de mâini. Dăm aluatul la frigider pentru 1 oră.



2. Între timp, încingem cuptorul la 190 grade Celsius și pregătim umplutura. Tăiem ardeiul cubulețe, desfacem broccoli în buchețele mici, decongelăm mazărea în apă caldă, porționăm somonul afumat în 6 părți egale.

3. Într-o tigaie încingem untul, adaugăm legumele și sotăm pentru 5 minute. Potrivim de sare și piper, adăugăm coaja rasă de lămâie. Lăsăm umplutura să se răcească.



4. Montăm săculeții: pregătim bucăți de sfoară de bucătărie lungi de 10 cm, sau bride din silicon. Scoatem aluatul de la frigider, îl împărțim în 6 părți egale. Din fiecare bucată întindem o foaie subțire. Cu ajutorul unei farfurii tăiem cercuri din aluat cu dimensiunea de 20 cm.



Punem în centrul foii de aluat 2 linguri de umplutură, o fâșie de somon afumat, apoi presărăm cașcaval ras pe deasupra. Strângem ușor marginile aluatului ca și cum am strânge gura unui săculeț.



Imediat legăm partea de sus a aluatului cu bucățile de sfoară sau bridele de silicon.



5. Așezăm săculeții pe o tavă acoperită cu hârtie de copt și dăm la cuptorul încins pentru 20 de minute. Scoatem săculeții din cuptor și îi lăsăm câteva minute să se răcească ușor.



Scoatem cu grijă bridele de silicon sau tăiem sfoara de bucătărie.



Saculeti cu legume si cascaval

Alegem cele mai lungi fire de ceapă și legăm cu ele săculeții, acolo unde au stat bucățile de ață sau bridele de silicon.



Saculeti cu legume si cascaval

6. Servim săculeții cât sunt calzi alături de felii de lămâie și salată verde.

