

Crutoane de mamaliga cu rosii

written by Andreea



Crutoane de mamaliga cu rosii bucati de mamaliga rece, cu ierburi aromatice proaspete, rosii cherry coapte, parmezan.

Acest fel de mancare poate fi o gustare minunata sau chiar un pranz lejer daca doriti. Nu mai spun ca se si prepara foarte rapid, mai ales daca aveti aceasta mamaliga rece deja preparata!



De curand am descoperit mamaliga gata preparata Delizia de la prietenii mei de la Baneasa si am fost curioasa sa o incerc. Stiu ca multi dintre voi ati pregatit mamaliga acasa si nu v-ati fi gandit ca o puteti gasi si gata de cumparat. Am testat-o eu si sa stiti ca este o mamaliga veritabila, naturala, fara gluten, fara grasimi si fara conservanti.



Nu mai spun despre faptul ca daca doriti sa preparati crutoane, aveti nevoie de o mamaliga gata preparate rece. Deci nu mai este nevoie sa pregatiti de cu seara mamaliga si apoi sa o asteptati sa se raceasca pana a doua zi. Sau daca nu aveti mult timp la dispozitie, puteti folosi cu incredere aceasta mamaliga. Depozitati pachetul de mamaliga la temperatura camerei, nu la frigider si o deschideti in momentul folosirii.

Pe blog mai gasiti si alte idei de gustari precum: placinta greceasca cu spanac, strudel cu ciuperci, creveti saganaki.

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

- Ingrediente:
- 1 kg mamaliga Delizia
- 10 crengute cimbrisor proaspat
- 5 crengute rozmarin proaspat
- 5 crengute oregano proaspat
- 1 lingurita usturoi pudra
- 3 linguri ulei masline
- Sare si piper
- 10-12 rosii cherry
- 50 g parmezan
- Frunze proaspete de busuioc

Mod de preparare crutoane de mamaliga cu rosii:

Incingeti cuptorul la 220 grade Celsius cu ventilatie.

Tocati marunt cimbrisorul, rozmarinul si oregano. Aici va puteti ajuta si de un blender mic daca doriti. Aveti nevoie de ierburile acestea aromatice tocate foarte foarte fin, aproape ca o pasta.



Peste ierburile tocate adaugati usturoiul pudra, sare si piper dupa gust. Turnati uleiul si amestecati pana obtineti o pasta.



Desfaceti mamaliga din ambalaj, taiati cuburi cu latura de 4 cm.



Puneti cuburile de mamaliga peste amestecul de ierburi aromatice si amestecati foarte bine.



Asezati cuburile intr-o tigaie de fonta sau o tava, dati la cuptorul incins pentru 20 de minute.



Intre timp puneti rosiile in acelasi vas si amestecati-le cu

restul de pasta de ierburi aromatice.



Scoateti tava cu crutoane de mamaliga de la cuptor, asezati printre cuburi rosiile cherry si dati din nou la cuptorul incins pentru inca 10 minute.



Scoateti tigaia de la cuptor, imediat presarati parmezan ras. La final presarati frunze de busuioc proaspat.



Savurati crutoane de mamaliga cu rosii neaparat calde, caci sunt delicioase!



Este un preparat vegan si nu mai are nevoie de carne.



Puteti pune si alte legume alaturi de rosii, precum cubulete de dovlecei sau ciuperci.



Enjoy!

Paste integrale cu dovleac

written by Andreea



Paste integrale cu dovleac se pregatesc usor, cu un sos super cremos cu dovleac copt, smantana lichida si parmezan. Nu le poti rezista!

Nu e toamna sa nu pregatesc un preparat cu dovleac, fie ca este dulce, fie ca este sarat. Recunosc ca pana acum cativa ani singurul dulce pe care il pregateam cu dovleac era placinta cu dovleac. Insa, ulterior am inceput sa pregatesc si salata cu dovleac, sau cheesecake cu dovleac sau chiar rulouri cu dovleac.

Dovleacul este o legume foarte versatila si se poate pregati in fel si chip. Deci sa stiti ca nu ma opresc aici si vor mai urma si alte retete cu dovleac. ☐



Insa astazi vorbim despre pastele integrale cu dovleac. Puteam folosi niste paste obisnuite, insa am considerat ca pastele integrale se potrivesc mult mai bine cu dovleacul si sa stiti ca nu m-am inselat! Chiar s-au potrivit foarte bine!



Pastele integrale penne de la Baneasa au fost perfecte alaturi de dovleac, smantana lichida si parmezan! Mai ales ca am ales sa gatesc dovleacul in cuptor cu salvie si usturoi. I-a dat un gust absolut superb!

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

- Ingrediente:
- 200 g paste penne integrale Baneasa
- 700 g dovleac curatat si taiat cubulete
- 1 captana mare usturoi
- 2 linguri ulei de masline
- 3 crengute cimbrisor
- 10 frunze salvie proaspata
- 150 ml smantana lichida 20% grasime
- 70 g parmezan
- 50 g unt
- Sare si piper



Pregatiti dovleacul pentru paste integrale cu dovleac: incingeti cuptorul la 190 grade Celsius. Intr-o tava acoperita cu hartie de copt puneti dovleacul taiat bucati, adaugati peste el frunzele de salvie, cimbrisorul, uleiul de masline, sare si piper proaspat macinat, amestecati totul foarte bine. Luati capatana de usturoi si taiati-o pe jumatate pe rotund, asezati jumatatile in tava, presarati peste ele sare, piper si ulei de masline. Dati tava la cuptorul incins pentru 30 de minute pana ce dovleacul este auriu.



Pregatiti pastele pentru paste integrale cu dovleac: Puneti la fiert o oala cu apa si 1 lingura de sare. Cand apa a dat in clocot, adaugati pastele penne integrale si lasati sa fiarba pentru 7 minute.



Pregatiti sosul de dovleac pentru paste integrale cu dovleac: scoateti tava de la cuptor, puneti intr-un vas bucatile de dovleac impreuna cu salvia si cimbrisorul. Stoarceti jumatatile capataniei de usturoi direct peste dovleac. Cu ajutorul unui blender vertical pasati bine dovleacul.



Adaugati o ceasca din apa in care au fiert pastele si smantana lichida. Continuati sa pasati pana obtineti un sos fin si cremos. La final adaugati parmezan ras si amestecati bine.



Intre timp, intr-o tigaie topiti untul, adaugati frunzele de salvie si prajiti-le usor in unt pana devin rumene. Lasati deoparte.



Puneti pastele fierte intr-un bol, adaugati sosul de dovleac si amestecati bine.



Puneti pastele cu sos in farfuria de servit, radeti parmezan pe deasupra.



La final picurati putin ulei de masline si asezati frunzele de salvie prajite in unt.



Serviti imediat aceste paste integrale cu dovleac! Se potrivesc perfect cu un pahar de vin alb.



Enjoy!

Lipii cu pesto si legume

written by Andreea



Lipii cu pesto si legume sau un fel de pizza la tigaie. Moi si pufoase, pline cu umplutura pe baza de sos de rosii, mozzarella, masline si pesto.

Le-am numit lipii deoarece se pregatesc la tigaie. Daca nu aveti timp de cuptor optati pentru varianta aceasta rapida la tigaie si o sa fiti foarte multumiti. In plus, puteti alege umpluturile dorite.

Aluatul este unul pe baza de drojdie, deci necesita ceva timp sa dospeasca, insa este de ajuns daca il framantati rapid si il lasati o ora la loc cald. Aluatul meu s-a framantat foarte bine si a iesi tare frumos, am folosit faina tip 650 de la

Baneasa. Mereu folosesc aceasta faina cand fac aluaturi dospite cu drojdie pentru ca se comporta foarte bine la framantat, are un continut mai mare de gluten, iar textura aluatului iese matasoasa.



Referitor la umpluturi: dupa cum mai spus, puteti opta pentru ingrediente simple precum un sos de pizza, rosii, masline si ceva mozzarella. Insa, nu gresiti nici daca puneti mai multe ingrediente sau le schimbati complet. Puteti folosi porumb, ciuperci, prosciutto, salam, anghinare, ceva friptura de pui ramasa, sau ce mai doriti voi.

Aceste lipii sunt o gustare excelenta, se pot servi atat calde cat si reci. Pe blog mai puteti gasi si alte gustari precum: clatite cu dovlecei, chec aperitiv, saculeti cu legume si cascaval, grisine integrale cu seminte.

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

Ingrediente:

▪ Pentru aluat:

- 400 g faina 650 Baneasa
- 220 ml apa calda
- 1 lingurita drojdie uscata
- 1 lingurita zahar
- 50 ml ulei de masline
- 1 lingurita sare

▪ Pentru sosul de pizza:

- 300 ml suc de rosii
- 1 lingurita busuioc uscat
- 1 lingurita oregano uscat
- 1 lingurita pudra usturoi
- 30 ml ulei de masline
- Sare si piper

▪ Pentru umplutura:

- 100 g masline foliate
- 100 g pasta de pesto
- 10-12 rosii cherry
- 150 g mini mozzarella
- 1 mana busuioc proaspat



Pregatiti aluatul pentru lipii cu pesto si legume: Intr-un bol incapator cerneti faina, faceti o gropita in mijlocul ei si turnati acolo drojdia, zaharul, apa si uleiul. Incepeti si framantati un pic, dupa care adaugati si sarea.



Framantati timp de 10-15 minute un aluat neted care nu se mai lipeste de maini. Alternativ, puteti framanta aluatul si la robotul de bucatarie daca doriti. Folositi carligul pentru aluat si framantati aproximativ 10 minute.



Ungeti un bol cu ulei de masline si puneti aluatul in el. Acoperiti bolul si lasati sa dospeasca la loc cald pentru 1 ora.

Intre timp, puteti pregati sosul pentru pizza, daca doriti sa il faceti voi in casa, inasa puteti folosi si sosul vostru preferat, sau un sos deja cumparat. Dar sa stiti ca aceasta se prepara foarte repede si foarte usor. Il puteti pregati din timp si sa il pastrati la frigider. De asemenea puteti folosi acest sos si la pizza clasica sau la paste voastre preferate sau alte mancaruri.



Intr-un ibric amestecati toate ingredientele pentru sos. Gatiti pe foc mic pentru 10-12 minute pana ce sosul scade un pic si devine mai gros, amestecand din cand in cand. Lasati deoparte sa se raceasca complet.

Asamblati lipii cu pesto si legume: Scoateti aluatul din bol,

framantati-l 1-2 minute pentru a scoate aerul din el. Impartiti aluatul in 10 parti egale, si din fiecare bucata de aluat faceti cate o bila. Acoperiti bilele cu un prosop pentru a evita uscarea aluatului.



Luati o bila de aluat si cu ajutorul unui sucitor intindeti o foaie subtire de aluat.



Puneti 2 linguri de sos si intindeti pe aproape toata suprafata aluatului lasand cativa milimetri spatiu catre margini. Pe deasupra presarati masline feliate, rosii cherry taiate sferturi, mozzarella taiata bucatele, 1-2 lingurite pesto si frunze de busuioc.



Apucati de marginea aluatului si aduceti catre centru peste umplutura, formand un pliu. Apoi din nou o parte din margine aducand spre centru si formand un alt pliu. Repetati operatiunea inca de 2-3 ori pana terminati toate pliurile.



Gatiti lipii cu pesto si legume: Asezati pe foc o tigaie si lasati sa se incinga, asezati lipia cu pliurile in jos si lasati sa se gateasca la foc mic pentru 3-4 minute pana ce este rumena. Apoi intoarceti si pe partea cealalta.



Repetati operatiunea si cu celelalte lipii.



Serviti lipii cu pesto si legume calde alaturi de o salata verde. Alaturi mai puteti pune inca putin sos de rosii.

Lipii cu pesto si legume rezista foarte bine si 3 zile pastrate la frigider.



Le puteti servi si a doua zi ca gustare sau in pachetelul de

scoala.



Sunt bune si reci, insa se pot reincalzi 10-20 de secunde la microunde.



Enjoy!



Paste cu ardei copt

written by Andreea



Paste cu ardei copt au o culoare senzationala, un gust minunat de toamna, foarte usor de pregatit, si absolut delicioase!

Toamna este sezonul ardeilor copti si poate multi dintre voi va ganditi la zacusca sau tocana atunci cand spuneti ardei copti. V-ati gandit vreodata sa ii combinati cu paste? Sosul de ardei copti este unul dintre cele mai bune sosuri. Il iubesc!



Paste cu ardei copt

Daca ma urmariti de ceva timp aici, stiti ca imi place sa pregatesc paste in culori cat mai surprinzatoare! Insa toate culorile sa fie naturale si din legume sau fructe delicioase.

Ca de obicei, am folosit paste Baneasa. Si nu pot decat sa ma bucur atunci cand pot sa le combin cu ingrediente noi.

Pentru astazi am ales funditele farfalle pentru forma lor dragalasa, dar si pentru ca sunt tare gustoase!



Pe blog mai puteti gasi alte retete cu ardei precum: delicioasa Muhammara-pasta de ardei copti, delicatesele chinezesti precum: vita cu ceapa si ardei verde, vita cu ardei si broccoli, porc cu ardei in 4 culori.

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

- Ingrediente:
- 200 g farfalle Baneasa
- 3 ardei kapia
- 1 lingurita oregano uscat
- 3 catei usturoi
- 2 linguri ulei de masline
- 100 ml smantana lichida
- 50 g pecorino
- Sare si piper
- Busuioc proaspat



Pregatiti ardeii copti: incingeti cuptorul la 180 grade Celsius. Puneti ardeii pe o tava acoperita cu hartie de copt si dati tava la cuptorul incins pentru 15-20 de minute, intorcand ardeii de pe o parte pe alta ca sa se gateasca complet.



Scoateti ardeii din cuptor si lasati-i sa se raceasca usor dar nu foarte mult. Curatati ardeii de pielite si seminte si lasati-i deoparte.



Pregatiti sosul: intr-o tigaie incingeti uleiul de masline. Adaugati cateii de usturoi tocati marunt si caliti cateva

secunde pana ce capata o aroma placuta, avand grija sa nu se arda.



Luati tigaia de pe foc, adaugati ardeii curatati si oregano uscat, condimentati cu sare si piper.



Puneti tot continutul tigaii in vasul unui mixer vertical sau in vasul unui robot de bucatarie. Maruntiti totul bine pana ce obtineti un sos fin.



In aceeasi tigaie in care ati gatit ardeii si usturoiul turnati piureul obtinut. Lasati deoparte.



Pregatiti pastele: Umpleti cu apa o oala mare cu apa, adaugati 1 lingura de sare. Aduceti apa la punctul de fierbere si adaugati pastele farfalle. Amestecati usor si lasati sa fiarba pentru 7 minute.



Asezati pe foc tigaia cu piureul de ardei, apoi turnati smantana lichida peste piure.



Amestecati bine dupa care adaugati pastele fierte impreuna cu 1 ceasca din apa in care au fiert pastele.



Adaugati pecorino ras si amestecati din nou, apoi adaugati pastele fierte



Aduceti la punctul de fierbere si gatiti 1-2 minute pana ce pastele sunt acoperite cu sos.



Amestecati din nou foarte bine si asezati pastele pe farfurii.



Paste cu ardei copt

Garnisiti cu pecorino taiat fasiute si Frunze proaspete de busuioc.



Aceste paste cu ardei copt sunt absolut delicioase! Sosul usor dulce, dar si usor afumat de la ardeii copti este minunat!



Paste cu ardei copt

Enjoy!

Paste puttanesca

written by Andreea



Paste puttanesca sunt paste spaghetti cu masline, capere si ansoa intr-un sos de rosii delicios, presarate cu patrunjel proaspat.

Denumirea acestor paste vine de la sosul specific, care are la baza mai multe povesti amuzante :). Una dintre povesti ar fi ca sosul isi are originile in bordelurile din trecut din zona Napoli unde doamnele de companie si-ar fi hranit clientii cu o astfel de mancare. Sunt si alte povesti referitoare la aceste paste, insa eu zic sa ne oprim aici cu povestile si sa discutam despre reteta :).

In general, acest fel de mancare se face cu paste lungi

spaghetti, insa nu gresiti daca folositi si alt fel de paste. Sosul este cel care conteaza cel mai mult! La aceste paste veti observa ca am folosit ingrediente mai putin obisnuite precum ansoa din conserva, capere si masline. Va asigur ca nu veti simti gust sau miros de peste in acest sos! Ansoa este doar pentru a potentia gustul sosului!



Paste puttanesca

Eu am folosit pastele din grau dur de la Baneasa si au iesit perfect! Pe blog mai puteti gasi si alte retete de paste precum: Paste alla Norma, paste cu portocale si pesto, paste cu sfecla.

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

- Ingrediente:
- 200 g paste din grau dur Baneasa
- 3 catei usturoi
- 50 ml ulei de masline
- $\frac{1}{2}$ lingurita fulgi ardei iute
- 3 fileuri ansoa din conserva
- 1 lingurita capere murate
- 70 g masline Kalamata
- 600 g rosii din conserva
- Sare si piper proaspat macinat
- Patrunjel proaspat



Pregatiti sosul: intr-o tigaie incingeti uleiul de masline. Adaugati usturoiul tocat felii subtiri si amestecati cateva secunde pana ce usturoiul devine usor auriu si capata miros placut. Adaugati caperele, maslinele si fulgii de ardei, sotati rapid.



Desfaceti conserva de ansoa, luati 3 fileuri si puneti-le in sosul din tigaie. Cu ajutorul unei spatule zdrobiti bine fileurile pana ce se dezintegreaza si devin ca o pasta. Amestecati totul bine, apoi adaugati rosiile din conserva.



Zdrobiti bine rosiile, condimentati cu sare si piper. Lasati totul sa fiarba la foc mic pana pregatiti pastele.

Fierbeti pastele: Intr-o oala incapatoare turnati apa si puneti 2 lingurite de sare, aduceti la punctul de fierbere. Cand apa a dat in clocot, adaugati pastele si amestecati pentru ca pastele sa fie complet acoperite de apa.



Lasati sa fiarba pana ce pastele devin al dente, aproximativ 7 minute.



Scoateti pastele din oala si adaugati-le in tigaie peste sos.



Amestecati totul bine pentru ca toate ingredientele sa se intrepatrunda bine.



Puneti pastele pe o farfurie impreuna cu sos, capere si masline.



Paste puttanesca

La final presarati patrunjel proaspat.



Paste puttanesca

Serviti imediat alaturi de un pahar de vin alb.



Paste puttanesca

Sunt delicioase!



Paste puttanesca
Enjoy!

Clatite cu dovlecei

written by Andreea



Clatite cu dovlecei pufoase, subtiri si absolut delicioase! Cu aluat asemanator cu cel de clatite, se pot consuma calde si reci.

Daca sunteti aici pe blog la mine de ceva timp, stiti ca imi plac la nebunie clatitele. De-a lungul timpului le-am pregatit in fel si chip si niciodata nu m-am saturat de ele.

Am inceput cu clatitele clasice, apoi am variat cu cele cu sfecla si capsune, clatite cu spanac sau clatitele cu portocale si ciocolata si am continuat cu clatitele sarate cu marar si naut sau clatitele la cuptor cu ciuperci. Chiar si tort de clatite cu ciocolata si cirese sau tort de clatite Cusma lui Guguta. Toate sunt absolut minunate!

Astazi vin cu o idee noua de clatite, de data aceasta sarate, cu dovlecei. Au iesit atat de bune si pufoase, incat le-am facut si a doua zi! Stiti ca, in mod normal, atunci cand facem aluaturi cu dovlecei si e nevoie sa ii radem pe razatoare, apa pe care o lasa acesti dovlecei se arunca. La clatitele mele de astazi eu am pastrat si apa deoarece clatitele au avut mai mult gust si o culoare draguta.



Clatite cu dovlecei

La aceste clatite am folosit iaurt, insa nu am mai folosit lapte. Consistenta clatitelor trebuie sa fie putin mai groasa decat cea a clatitelor obisnuite. Aici conteaza foarte mult si cat de multa apa lasa dovleceii. Daca dovleceii nu contin prea multa apa si compozitia iese mai groasa, atunci suplimentati cu 50-60 ml lapte.

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

- Ingrediente:
- 3 dovlecei zucchini medii (sau dovlecei normali)
- 150 g iaurt grecesc 10%
- 40 ml ulei floarea soarelui
- 3 oua
- 120 g faina
- 1/2 lingurita sare
- 1/3 legatura marar proaspat (optional)
- 2-3 linguri ulei floarea soarelui pentru prajit clatitele

Intr-un castron mare radeti dovleceii pe razatoarea cu ochiuri mari, lasati deoparte. Nu e nevoie sa stoarceti dovleceii de apa caci apa aceasta da gust mai bun clatitelor si la final si o culoare draguta.



Clatite cu dovlecei

Intr-un alt castron bateti ouale impreuna cu iaurtul si uleiul pana ce obtineti o compozitie omogena. Adaugati faina si sarea si amestecati din nou.

Adaugati dovleceii rasi cu tot cu apa lor si amestecati bine. In acest moment verificati consistenta compozitiei de clatite: aveti nevoie de o compozitie mai lichida decat cea de

pancakes. Evident, nu veti putea obtine o compozitie la fel de lichida ca cea de clatite clasice, intrucat aveti in compozitie si dovleceii rasi. Daca compozitia este prea lichida, mai puteti adauga 50-60 ml lapte.

La final adaugati mararul proaspat tocat.



Clatite cu dovlecei

Intr-o tigaie picurati putin ulei de floarea soarelui, lasati sa se incinga. Luati un polonic din compozitie si turnati in mijlocul tigaii. Cu fundul polonicului intindeti compozitia astfel incat sa fie distribuita uniform pe toata suprafata tigaii.

Prajiti clatita la foc mic aproximativ 1 minut, apoi cu o spatula intoarceti-o si pe partea cealalta, prajiti inca un minut. Asezati clatita pe o farfurie si pastrati la loc cald. Continuati cu restul compozitiei pana ati terminat toate clatitele.



Clatite cu dovlecei

Le puteti manca si calde si reci, dupa cum doriti. Mie mi-au placut foarte mult asa calde. Le puteti umple si cu branza sau cu ce mai doriti voi.

Sunt minunate!



Clatite cu dovlecei

Enjoy!