

Reteta culinara: Foietaj cu legume

Scris de Sighet Online

Sâmbătă, 01 Martie 2014 16:36 - Ultima actualizare Sâmbătă, 01 Martie 2014 16:44



Timp de preparare: Mediu/ Numar de portii: 8/ Complexitate medie.

Ingredien

te 40
0 g foietaj

250 g cartofi

250 g mazăre verde

½ ardei gras roșu

2 ouă

1 ceapă

2 lingurițe cu semințe de susan

sare

piper măcinat

nucșoară

Mod de preparare

Reteta culinara: Foietaj cu legume

Scris de Sighet Online

Sâmbătă, 01 Martie 2014 16:36 - Ultima actualizare Sâmbătă, 01 Martie 2014 16:44

1. Fiebe cartofii în coajă, în apă cu sare. Decojește-i și zdrobește-i bine cu furculița. Adaugă mazărea opărită separat și ardeiul tăiat în cubulețe. Adaugă un gălbenuș bătut.
2. Condimentează cu un praf de sare, piper și nucșoară. La final, încorporează cu mișcări de jos în sus albușurile bătute spumă. Compoziția astfel obținută întinde-o pe jumătate din aluat. Acoperă cu cealaltă jumătate și presează ușor pe margine.
3. Așază rulada într-o tavă unsă și tapetată cu hârtie de copt. Unge deasupra cu gălbenuș bătut și presară semințe de susan. Lasă la cuptor, la foc moderat, 30 de minute.

SURSA:

Eculsine.ro