



reteta-video.ro

Aperitiv cu verdeata

Aperitivul cu verdeata este un chec aperitiv rapid, cu multa ceapa, verdeata, cascaval si sunca ce poate fi servit oricand ca si g sau ca mic dejun satios.

INGREDIENTE APERITIV CU VERDEATA

4 galbenusuri

4 albusuri

3-4 legaturi de ceapa verde

200 gr de cascaval ras pe razatoarea mare

300 gr de sunca presata (sau orice alt mezel, la alegere)

4 linguri de iaurt

4 linguri de faina

6 linguri de ulei

un plic de praf de copt

o legatura de verdeata tocata

sare

piper proaspat macinat

MOD DE PREPARARE APERITIV CU VERDEATA

PASUL 1

Taiem ceapa verde.

PASUL 2

Pregatim o tigaie in care punem doua linguri de ulei. Calim ceapa timp de 4 minute, pana cand devine translucida.

PASUL 3

Taiem sunca in feliate.

PASUL 4

Preincalzim cuptorul.

PASUL 5

Amestecam galbenusurile cu 4 linguri de ulei, iaurtul, cascavalul ras pe razatoarea mare, sunca taiata, praful de copt, faina, verdeata tocata si ceapa calita. Adaugam sare si piper. Amestecam foarte bine.

PASUL 6

Punem albusurile intr-un bol, adaugam putina sare si le batem spuma. Acestea sunt gata atunci cand spuma nu cade de pe paletele mixerului.

PASUL 7

Punem albusurile batute peste amestecul de ceapa, galbenusuri si mezel. Amestecam usor de jos in sus pana cand compozitia devine omogena.

PASUL 8

Pregatim o tava de chec pe care o ungem cu ulei si o tapetam cu faina.

PASUL 9

Turnam compozitia obtinuta in tava si nivelam.

PASUL 10

Introducem tava in cuptorul preincalzit pentru 35-40 de minute, pana cand se rumeneste.

PASUL 11

Taiem felii dupa ce se raceste si servim.

Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru

Aperitiv cu Verdeata.

POFTA BUNA!