reteta-video.ro

Briose Sarate cu Branza si Dovlecei

Briose sarate nu mai facusem de ceva vreme, asa ca era cazul sa remediez situatia! Nu doar ca sunt un aperitiv super usor si ra pregatit, dar partea si mai buna este ca briosele sunt o modalitate excelenta de a incorpora diverse resturi de ingrediente intr-un fel apetisant.
De data asta au fost **briose cu branza si si dovlecel**, dar de cele mai multe ori sunt cu ce gasesc prin frigider. Adica sigur si la intampla sa aveti cutiute si pungute cu un rest “de ceva” de care nu se mai atinge nimeni. Ei bine, toate astea adunate se pot trans rapid in niste **briose aperitiv**, pe care iti vine sa la mananci imediat ce le scoti din cuptor. Am facut aceste **briose sarate cu bran** zeci de ori si inca nu m-am plictisit de ele. Le poti lua la pachet la scoala sau la serviciu, in loc de sandvisuri, sunt perfecte gustarile de acasa, pentru picnicurile la iarba verde, sunt grozave in zilele cand ai musafiri, ca sa nu mai zic cat de bune sunt la dejun.
Si cum vara si-a intrat in drepturi si, o data cu ea, pietele sunt pline de legume si fructe de sezon, dar si timpul petrecut in bucatari din ce in ce mai scurt, ca a venit cu ea si caldura, niste **briose cu legume** sunt mai mult decat minunate! Noua ne plac tar dovleceii, iar in aceasta perioada nu-mi lipsesc din frigider. Doar ca se intampla sa mai raman cu 1-2 si sa-i plimb de colo-colo, a niste **briose cu dovlecel** sunt numai bune pentru a-i folosi. Gustul lui nu se simte, tocmai de aceea este o modalitate excelenta masca legume, mai ales pentru mofturosi.
Si chiar nu este deloc complicat sa ai cele mai pufoase si mai aratoase **muffins aperitiv** pe masa! Nici nu este nevoie sa stai prea bucatarie! Si nici un munte de vase de spalat, caci o razatoare, doua castroane, un tel, o spatula si doua lingurite este tot ce-ti treb sa faci niste **briose sarate cu dovlecei**! Sau poti sa faci absolut la fel un **chec aperitiv** delicios!
Si cum nu puteam sa las dovlecelul singur si pentru ca se potriveste tare bine in **briosele aperitiv cu dovlecei**, am pus si niste Ch Insa la fel de bine poti sa faci **briose cu branza sarata** sau **briose cu cascaval**. Practic, poti sa pui cam orice in ele, de la ardei, pc ciuperci, mazare, broccoli, morcovi, rosii uscate, masline, chiar ca orice mix de legume. Si daca in briosele sarate mai pui si cubul sunca sau bacon sau chiar si resturi de friptura, nu doar ca faci curatenie in frigider, dar poti sa te bucuri de ceva bun cu orice gas acolo. Pornind de la ingredientele de baza, poti sa faci o multime de **aperitive rapide**, de fiecare data unul diferit.
Ca sa nu mai zic ca si copiii pot fi si ei implicati in pregatirea unor briose rapide cu dovlecei, caci serios vorbind chiar e o joaca de Bifam mai multe lucruri, timp petrecut cu ei, care este cel mai important, ne distram cu totii, ei sunt fericiti ca ti-au fost de ajutor si i-am „pacalit” sa manance legume. Stiti cu ce merg bine? Cu un sos de iaurt si usturoi, sau unul de smantana sau cu o salata de **Briosele cu dovlecel si branza** isi pastreaza consistenta si prospetimea 4-5 zile (asta in caz ca rezista atatea zile fara a fi manca deci chiar merita sa aprindem cuptorul pentru aceste delicioase muffins sarate. Micute si versatile, pe cuvant de Ina ca aceste **bric dovleci si branza** sunt tare bune! Sa va fie de folos!

INGREDIENTE BRIOSE SARATE CU BRANZA SI DOVLECEI
un dovlecel mic
un ou
50 ml de ulei de masline
175 ml de lapte
100 g de branza Cheddar, rasa pe razatoarea mica
225 g de faina
o jumatate de plic cu praf de copt (5 g)
piper proaspat macinat
sare
o mana cu mazare fiarta (optional)

MOD DE PREGATIRE BRIOSE SARATE CU BRANZA SI DOVLECEI

1. Cum se pregatesc dovleceii pentru briose aperitiv. Incalzim cuptorul. Radem dovlecelul pe razatoarea mica, adaugam pes jumatate de lingurita cu sare si il lasam 10 minute deoparte.

2. Cum se fac briosele aperitiv cu branza si dovlecel. Peste ou turnam uleiul de masline si laptele si le batem bine. Asezam dea castronului o sita in care punem faina si praful de copt si le cernem (in acest fel se si amesteca si acumuleaza si aer). Condiment piper macinat (eu nu am adaugat sare pentru ca branza a fost suficient de sarata) si amestecam usor cu un tel pana la incorp completa. Stoarcem bine de tot dovlecelul ras de apa in exces si il adaugam in compozitia de briose. Punem mazarea fiarta sau ori legume si branza Cheddar si amestecam bine cu o spatula.

3. Cum se umple formele de briose. Cu o lingura pentru inghetata, sau cu doua lingurite, punem aluat in formele de briose, in ca aranjat hartiute pentru copt, pana la aproximativ trei sferturi din inaltimea fiecareia.

4. La ce temperatura se coc briosele sarate cu branza si dovlecei. Punem tava cu briose in cuptorul incalzit la 180 de grade 30-35 de minute, pana cand sunt rumenite si trec testul scobitorii. Le lasam 5 minute in tava, apoi le scoatem pe un gratar de bucat le lasam sa se raceasca complet.

5. Servire briose rapide cu dovlecei. Putem servi briosele cu legume si reci, dar si caldute, la pachet, in loc de sandwich-uri, la dejun, la picnic, ca gustare sau ca aperitiv. Pot fi pastrate in frigider, in cutii inchise ermetic, 4-5 zile.

Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru *Briose Sarate cu Dovlecel si Branza.*
POFTA BUNA!

SFATURI:

1. Briosele aperitiv cu legume pot fi facute si cu ceapa verde, ardei, porumb, ciuperci, mazare, broccoli, morcovi, rosii uscate,m orice mix de legume. Mai putem adauga cubulete de sunca sau bacon sau chiar si resturi de friptura.
2. Daca in locul dovleceilor folosim alte legume ca ardei, ciuperci, broccoli sau morcov (legume cu o textura mai tare), este bine calim inainte cam 5 minute, sa le lasam sa se raceasca si apoi sa le adaugam in aluatul de muffins.
3. Branza Cheddar poate fi inlocuita cu telemea, cascaval, parmezan sau mozzarella. In functie de cat de sarata este branza fo adaugam sau nu sare in compozitie.
4. Dovlecelul ras trebuie stors foarte bine de apa, inainte de a fi adaugat in compozitia de briose. Altfel prea mult suc propriu va fa aluatul sa fie unul foarte moale, iar briosele nu se vor coace in interior.
5. In functie de gust mai putem adauga marar (se potriveste foarte bine cu branza si dovleceii), patrunjel sau oregano.