



reteta-video.ro

Mancare de Ardei Copti

Mancarea de ardei copti cu rosii este o reteta foarte simpla, cu arome de vara tarzie. Eu am facut-o de post, fara carne, dar sigur ca o puteti face si cu pui, cu porc sau carnaciori, usor rumenite, puse imediat ce ceapa s-a inmuiat si lasate sa fiarba inainte de a adauga celelalte ingrediente. Sau cu 5 minute inainte sa stingeti focul presarati deasupra ei cateva bucati de branza sau cascaval, care se vor topi si ii vor da un super gust sau chiar si 2 linguri cu smantana. Ca sa nu mai zic ca daca puneti un cub de unt veti avea un plus de savoare! Este una dintre amintirile copilariei mele. Bunica venea din gradina cu sortul plin de legume si toata curtea se umplea de arome. Veneam de la joaca dupa miros! Dulce acrisoara, obisnuiam sa mancam aceasta **tocanita de ardei copti** cu mamaliga aburinda! Dar ce buna era!!!! Preferatii ei erau ardeii capia, ii cocea pe foc mare, ii presara cu sare, ii acoperea cu un prosop, iar cand erau racoriti ii curata de coaja si de seminte. Niciodata inasa nu arunca zeama pe care si-o lasau, ci o puneau in mancarica. Aducea cu ea gustul de copt si de bunatate! Dar inainte de toate tin minte ca ii gusta, ca nu cumva sa fie unul care sa piseze si **ardeii copti cu sos de rosii** sa fie prea picanti. Rosiile le decojea caci, ca si acum, aveam o problema cu pielita lor. Le cresta la varf in patru, doar cat sa le cresteze coaja, le scufunda intr-o oala cu apa clocotita unde le lasa maxim 1 minut, apoi le scotea in apa rece si coaja disparea ca prin minune. Bunica ne-o facea vara, in zilele de post cu orez sau cartofi, dar tare buna mai era **mancarica de ardei** si intinsa pur si simplu pe felii de paine prajita, coapte pe plita, evident!!!! Pentru mine acum e mai simplu, ca pot sa o fac si iarna, cu **ardei copti congelati** si toata bucataria se umple de miros de vara... Si in lipsa rosiilor proaspete, merge de minune si cu 3-4 linguri de bulion, suc de rosii sau pasta de rosii. Dar merita incercata cand piata este plina de rosii si ardei de toate felurile si culorile! Este super rapida, numai buna de pregatit intr-o seara cand ajungi acasa de la birou si vrei ceva delicios. Caci **mancarea cu ardei si sos de rosii** aduna in ea simplitatea si savoarea ingredientelor, alaturi de amintiri din copilarie. Sa va bucurati de clipele petrecute cu cei dragi!

INGREDIENTE MANCARE DE ARDEI COPTI

10 ardei capia copti, curatati de coaja si de seminte
2 rosii mari decojite
o ceapa curatata si spalata
2 linguri cu ulei
5-6 catei mici de usturoi, curatati si spalati
o legatura de patrunjel spalat
sare
piper proaspat macinat
apa calda

MOD DE PREPARARE MANCARE DE ARDEI COPTI

- PASUL 1**
Tocam marunt ceapa.
- PASUL 2**
Pregatim aragazul si o cratita in care punem uleiul. Adaugam ceapa in uleiul incins, amestecam si o calim 1 minut. Turnam putina apa calda, amestecam si o lasam la foc mic. Din cand in cand mai punem cate putina apa calda, amestecam si o lasam pana cand ceapa se inmoaie (nu trebuie sa se prajeasca, ci doar sa fiarba bine).
- PASUL 3**
Taiem rosiile in cubulete, le punem cu tot cu zeama lasata peste ceapa, amestecam si le lasam sa fiarba 7-10 minute.
- PASUL 4**
Taiem ardeii copti in fasii, ii punem impreuna cu zeama pe care si-o lasa peste sosul de rosii si ceapa, si amestecam. Daca este nevoie adaugam putina apa calda, cat ardeii sa fie usor acoperiti si lasam sa fiarba 7-8 minute. Daca in loc de rosii proaspete folosim 3-4 linguri cu bulion sau 2 cu pasta de rosii, le adaugam cam dupa 4-5 minute.
- PASUL 5**
Condimentam cu sare si piper macinat, amestecam, gustam si lasam sa fiarba tot la foc mic pana cand avem consistenta dorita.
- PASUL 6**
Zdrobim usturoiul, il adaugam peste tocana de ardei, amestecam si mai lasam sa clocoteasca 1 minut.
- PASUL 7**
Tocam marunt patrunjelul, inchidem aragazul si il presaram deasupra mancarii.
- PASUL 8**
Acoperim cratita cu capac si lasam mancarea de ardei capia 5-10 minute sa se abureasca si aromele sa se combine.
- PASUL 9**
O servim calduta, ca fel principal sau ca si garnitura, cu orez, cartofi natur sau pur si simplu intinsa pe felii de paine prajita.

Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru *Mancarea de Ardei Copti*.
POFTA BUNA!

