

Menemen sa jajima i paprikom

Menemen sa jajima i paprikom

2 kašike mediteran ulja
2 glavice crnog luka
1 paprika
2 crvene čili papričice
4 jaja
400 g seckanog paradajza iz limenke
1 kašičica paradajz paste
1 kašičica šećera
1 kašičica morske soli
1 kašičica bibera šarena mešavina

Začinejni grčki jogurt

6 kašika grčkog jogurta
2 čena belog luka

Dekoracija

$\frac{1}{2}$ veze peršuna

Način pripreme

Zagrejati ulje u tiganju. Dodati luk sečen na rebarca, i pržiti dok luk ne postane staklast, a zatim dodati paprike- slatku i ljutu, očišćene od semenki i jezgra, isečene na kockice. Namirnice u tiganju pržiti dok ne omekšaju. Dodati paradajz iz limenke, paradajz pastu i šećer. Sve dobro promešati drvenom varjačom i kuvati dok tečnost iz povrća delimično ne ispari.

Kada je povrće iz tiganja spremno, drvenom varjačom napraviti udubljenja u mešavini od povrća, i u njih dodati razbijena jaja. Poklopiti tiganj i ostaviti da se jaja kuvaju na laganoj vatri u povrću. Kada je sve gotovo, začiniti.

Grčki jogurt sjediniti sa sitno sečenim belim lukom. Ostaviti na kratko u frižideru da bi se ukusi jogurta i belog luka sjedinili.

Gotov Menemen preliti mešavinom jogurta i belog luka, i dekorisati sitno sečenim peršunovim lišćem.

Mediteranske paprike punjene ćuretinom

Za sveže paprike:

3 paprike
1,5 kašika suncokretovog ulja

$\frac{1}{2}$ kašičice morske soli
 $\frac{1}{2}$ kašičice bibera šarena mešavina

Punjenje za paprike

240 g mlevenog ćurećeg mesa
70 g pečurki
400 g seckanog paradajza iz limenke
2 kašike suncokretovog ulja
 $\frac{1}{2}$ glavice crnog luka
1 čen belog luka
1 kašičica kumina
1 kašičica paradajz paste
1 paradajz
1 kašika mešavine povrća za supu
 $\frac{1}{2}$ kašičice morske soli
 $\frac{1}{2}$ kašičice bibera šarena mešavina
 $\frac{1}{2}$ veze svežeg origana
60 g mocarele

Način pripreme

Zagrejati rernu na 190 stepeni. Paprike preseći po dužini, očistiti od semenki i jezgra, . Peteljke ostaviti na paprici. Paprike kuvarskom četkicom premazati sa svih strana, i začiniti morskom solju i biberom.

Na dno pleha za pečenje, staviti papir za pečenje, i na njega staviti paprike. Peći 15 minuta, u prethodno zagrejanoj pećnici.

U tiganj sipati ulje, dodati mleveno ćureće meso. Ćuretinu pržiti nekoliko minuta , dok se ne razbiju komadi mlevenog mesa. Kada je meso nekih 80% termički obrađeno, skloniti ga iz tiganja u posudu sa strane. U isti tiganj, ponovo dodati ulje, i pržiti crni luk, sitno sečen i usitnjen beli luk. U toku prženja kada luk postane staklast , ubaciti pečurke sitno sečene, začiniti i nastaviti dinstanje.

Kada su namirnice u tiganju propržene, meso spojiti sa povrćem iz posude. Sve lepo sjediniti drvenom varjačom, a potom dodati paradajz pastu, seckani paradajz, paradajz seckan na kocke i listiće svežeg origana.

Paprike posle 15 minuta izvaditi iz pećnice, i napuniti ih filom. Preko fila dodati rendanu mocarelu, i pleh sa punjenim paprikama vratiti u pećnicu dok ne porumene.

Zeleno povrće u belom kremu

70 g graška
80 g brokolija
1 kašika margarina
1 kašika brašna tip „500“
2.5 dl mleka

$\frac{1}{2}$ kašičice morske soli

$\frac{1}{2}$ kašike bibera šarena mešavina

Način pripreme

Zeleno povrće u belom kremu, prilog uz paprike. Margarin staviti u šerpicu da se istopi, i u to dodati jednu supenu kašiku brašna. Promešati varjačom i sve naliti mlekom. Mešati varjačom, da bi se izbegle grudvice. U gotov sos, dodati skuvan grašak i brokoli. Smanjiti vatru, i sve lepo sjediniti koristeći varjaču, kada je gotovo začiniti. Za serviranje, na tanjiru napraviti posteljicu od priloga, a preko dodati mediteranske punjene paprike, zapečene i tople. Sve ukasiti listovima origana.