

Przepis na sałatkę nicejską

Eksplozja witamin, smaków i kolorów. Jeden z symboli kuchni południowej Francji.

To jedno z popularnych dań kuchni francuskiej, które zrobiło międzynarodową karierę.

Składniki:

1 sałata rzymska

3 jajka

80 gram fasoli szparagowej

160 gram tuńczyka w oliwie

4 fileciki anchois

250 gram pomidorów

1/2 czerwonej cebuli

10 sztuk czarnych oliwek

Sos:

3 łyżki oliwy extra

½ łyżeczki soku z cytryny

1 łyżeczka musztardy

½ startego ząbku czosnku

sól i świeżo zmielony czarny pieprz



Przygotowanie:

1. Sałatę umyć i osuszyć. Sałatę rzymską można pokroić lub ułożyć w całości na półmisku.
2. Jajka ugotować na półtwardo, obrać i pokroić na połówki. Ułożyć na sałacie.
3. Dodać ugotowaną fasolkę szparagową, tuńczyka, fileciki anchois i pokrojone pomidory. Dodać cienko pokrojoną czerwoną cebulę oraz czarne oliwki.
4. Przygotować sos wymieszając energicznie różgą wszystkie składniki i polać po sałatce.

Przepis na Croque monsieur

Chcesz poczuć się jak we francuskiej kawiarence?

A co kojarzy się z nią równie mocno jak bagietka? Tosty.

Podobno croque monsieur - pyszną przekąską na bazie chleba tostowego,

wyślono w 1920 roku w Paryżu przy Boulevard des Capucines.

Croque Monsieur, czyli Chrapiący Pan to, w opinii wielu, najlepsza kanapka świata.

Może być podana na wiele sposobów. Nasza propozycja to klasyka, które idealnie sprawdzi się zarówno od święta jak i na rodzinne biesiadowanie.

Składniki: (na 8 porcji)

chleb tostowy – 8 kromek

dobra szynka gotowana – 4 plastry

ser francuski ementaler w kawałku ok. 150g

masło – 2 łyżki

pieczarki – 2 szt.

natka pietruszki – 0,5 pęczka



Sposób przygotowania:

1. Tosty rozłóż na desce do krojenia, posmaruj je od strony dodatków miękkim masłem.
2. Ser żółty zetrzyj na tarce o dużych oczkach. Posiekaj drobno natkę pietruszki i wymieszaj ze startym serem. Pieczarki umyj i pokrój w cienkie plasterki.
3. Rozłóż na tostach ser z pietruszką, następnie połóż plasterki szynki i pieczarki.
4. Złóż tosty razem i opiekaj je na patelni lub w tosterze.

Smacznego! Bon appétit!