

Selle suve salat

ARVI KRIIS

Selle suve salat on maitsev, originaalne ja tervislik.

Kindlasti mäletate, kuidas valisime eelmisel aastal koos Maaleht.ee ja Felixiga selle suve moosi. Tänavu on Maaleht.ee kuulutanud välja konkursi "Selle suve salat". Kaasa lööb taas Felix, kes on välja pannud ka auhinnad.

Konkurss käib juba juuli algusest ja retsepte võib saata veel kuni 30. augustini e-postiga retsept@maaleht.ee või postiga Maaleht.ee, Toompuiestee 16, 10137 Tallinn, märgusõna "Selle suve salat".

Mullusest erineb tänavune konkurss kõige rohkem selle poolest, et maitsemiseks võib kohale tuua ka valmis tehtud salateid. Maitset parim valitakse eraldi. Salateid oodatakse Maaleht.ee toimetusse aadressil Toompuiestee 16, Tallinn.

Kõik retseptid avaldatakse portaalis www.maaleht.ee ning valikuliselt Targu Talitas.

Järgnevalt avaldame väikese valiku konkursile juba saabunud retseptidest.

Retseptid

Kiire tuunikalasalat

- 1 hiina kapsas või kämblatäis lehtsalatit
- 1 purk tuunikala õlis
- 1 pikk kurk
- 5–6 keedetud kartulit
- tilli
- majoneesi

Tükeldage koostisosad ja segage majoneesiga. Tulemus sulab suus!

ANNIKA NÄSSI

Lihne eestimaine salat

- 3 lühikest kurki
- 2–3 tomatit
- 5–7 sibulapealset
- 2 tillioksa
- 200–250 g herneid (suvel värskeid, muul ajal konservherneid)



- 3–4 redist
- 100 g konservube

Lõigake kurk pikkupidi pooleks ja seejärel sektoriteks. Tomat lõigake suupärasteks tükkideks, hakkige sisse sibulapealsed ja till ning lisage ka hernes ja uba. Lõigake redised viiludeks. Segage kõik ilusti kokku.

Kui kasutate konservhernest, siis soola ei ole vaja lisada, mina lisan natuke konservherneste juurest mahla. Kui aga kasutate värsket hernes, võite lisada noaotsatäie soola ka. Mina soovitan seda salatit ilma soolata.

Midagi magusat

- 0,5 g arbuusi
- 300 g melonit
- 300 g maasikaid
- 100 g pirne
- 150 g apelsini
- piparmündilehti
- 1–2 tl mett

Lõigake kõik puuviljad suupärasteks tükkideks, maasikad lõigake pooleks. Piparmünt rebige väikesteks tükkideks. Võtke kauss, pigistage sinna ühe sidruni mahl, rebitud piparmünt, mesi ning segage kaste kõik ühtlaselt läbi.

Valage see kaste puuviljadele, segage puuviljad kausis kastmega läbi, laske 30–60 minutit seista. Kõrvale sobib pallike vanillijäätist. Mõnusat maiustamist!

KRISTI NIGUL

Suviselt kerge salat

- 1/2 värsket kapsast
- 1/2 pikka värsket kurki
- 2 tomatit
- 300 g kodujuustu
- pakk külmutatud herne-maisi-paprikasegu
- tilli
- peterselli
- sibulat
- Felixi klassikalist salatikastet

Tükeldage kapsas, kurk ja tomat suupärasteks tükkideks. Sulatage külmutatud herne-maisi-paprikasegu. Võite teha seda grillil voka panniga, jääb mõnus grillimaitse juurde!

Segage eelnimetatud koostisosad kokku ning lisage maitseroheline. Lõpuks lisage salatikastet nii palju, et salat saaks mõnus ja mahlane. Enne söömist laske salatil veidi aega tõmmata.

BRIT

