

19. RECEPT- VLOŽENI FEFERONI

Vloženi feferoni

Sestavine:

- 1 kg feferonov (zeleni ali rdeči, nepekoči)
- 700 ml vode
- 350 ml kisa za vlaganje
- 300 g sladkorja
- 150 ml sončničnega olja
- 4 olupljeni stroki česna (oz. vsaj 1 strok česna na kozarec)
- 4 lovorjevi listi

Priprava:

Za pripravo vložnih feferonov operemo in osušimo feferone. Uporabimo nepekoče feferone, saj lahko te vložimo cele. Pri pekočih feferonih ali čilijih pa se priporoča, da se strok razpolovi in odstrani semena.

Kozarce za vlaganje s prekuhanjem steriliziramo, da bodo feferoni imeli dolg rok trajanja.

V posodi prevremo rastlinsko olje, vodo, kis in sladkor. Dodamo feferone, lovorjeve liste in stroke česna ter znova prevremo. Pustimo nekaj minut rahlo vreti.

Feferone vzamemo iz posode in jih razdelimo po kozarcih. Mešanico z oljem in kisom zopet zavremo in jo prelijemo čez feferone, da so ti čisto pokriti.

Vložene feferone dobro zapremo in hranimo v temnem prostoru.

CEPT- Paradižnikova solata z zelišči

Paradižnikova solata z zelišči

Sestavine: 60 dag paradižnika

1 majhen koromač

2 mladi čebulici

1 neškropljena limona

olivno olje

šopek najljubših svežih zelišč (pehtran, bazilika, krebujica, koper, peteršilj, d)

sol in poper

Postopek:

Zelenjavo očistite in operite. Limono ožemite in lupinico nastrgajte. Paradižnik, koromač in mlado čebulico poljubno narežite. Sveža zelišča oplaknite in nasekljajte.

Olivno olje, limonin sok, sol, poper in malce limonine lupinice zmešajte ter prelijte zelenjavo. Zmešajte in potresite s svežimi zelišči.

Dober tek!