INVIATO DA
LastGroove

ON
02/03/2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Salse



Le salse sono uno spuntino veloce, gustoso, sano e invitante, che si può preparare facilmente insieme al gruppo YS. Nella preparazione delle salse e dei condimenti non ci sono praticamente regole, quindi spazio alla creatività e ai gusti personali. Preparare (e gustare) le salse può essere un divertimento straordinario per te e il tuo gruppo.

Ingredienti

- verdure crude (ottime scelte sono: carote, cetrioli verdi, cavolfiore, peperoni rossi) oppure patatine o nachos
- salsa da intingere

Ricetta

Tagliare le verdure a strisce lunghe (tagliare i cavolfiori in piccole cimette).

Preparare le salse da intingere.

Versa le salse nelle ciotoline. Disponi le verdure accanto. Buon appetito!

Salsa all'aglio

Ingredienti:

- un vasetto di maionese
- una testa d'aglio
- sale e pepe q.b.

Mescolare tutti gli ingredienti. Lasciare riposare per almeno 30 minuti.

Salsa di ricotta e erba cipollina

Ingredienti:

- un panetto di ricotta
- erba cipollina
- un po' di yogurt
- sale e pepe q.b.

Mescolare tutti gli ingredienti. Conservare in frigorifero.

Salsa al curry

Ingredienti:

- 1 cipolla
- 1 mela
- Curry in polvere
- yogurt (preferibilmente denso)

Ricetta:

- In una padella, soffriggere la cipolla e la mela finché non saranno morbide (ma non dorate)
- Aggiungere 2 cucchiai di miscela di curry e mescolare
- Frullate il composto in padella con un frullatore
- Aggiungere lo yogurt fino a ottenere la consistenza desiderata

La salsa al curry è ottima se servita calda

Salsa di pomodoro

Ingredienti:

- Cipolla
- Pomodori a fette in scatola
- basilico fresco
- origano fresco
- sale e pepe q.b.

Ricetta:

- in una pentola o in padella, soffriggi la cipolla finché non sarà morbida.
- Aggiungere i pomodori in scatola alla cipolla e portare a ebollizione.
- Se lo desideri, aggiungi sale e pepe a piacere.
- Spegnete il fuoco e frullate tutti gli ingredienti con un frullatore.

- Mentre è ancora caldo, aggiungi le erbe aromatiche fresche e mescola.

Weitere Informationen

Categorie
Giochi e attività

Tag
Ricetta

Età
Nessun dato disponibile.

Numero di partecipanti
1–20
20–30

Bibbia
Manca questa informazione.

Materiale
Quasi senza sforzo

Scarica il file
Nessun download di file

KI Generierter Inhalt
Contenuto
Categorie
Tag
Età
Numero di partecipanti
Bibbia
Materiale

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/it/wiki/art/salse