VÄRVILINE SALAT TATRAGA

Retsept: Tuuli Mathisen, Ajakiri Oma Maitse

Valmistamine

Paneme salatisse suvised värvid - värviline salat tatraga Kerge, tervislik ja taimne salat sobib kõigile köögiviljasõpradele ja muidugi sobib see lihasõprade taldrikule. Tatar sobitub kirkavärviliste köögiviljadega imehästi. Kes soovib tugevamat kõhutäit, võib salatile oma maitse järgi lisada kas juustusid, kala, grillitud kana või muud toekamat. 2-le, valmistamisaeg: 20 minutit Esmalt keeda tatar. Selleks aja vesi koos soolaga keema ja lisa tatar. Lase keema tõusta, alanda kuumust ning keeda kaane all vaiksel kuumusel umbes 10 minutit. Jahuta. Aja kastrulis vesi keema ja keeda veidi väiksemaks tükeldatud brokoliõisikuid 1–2 minutit. Jahuta kiirelt jääkülmas vees. Tõsta kõrvale. Kuumuta paprikatükke pannil oliiviõlis veidi aega, kuni need on veel krõmpsud. Sega omavahel kastmeks laimimahl, veiniäädikas, mesi ja oliiviõli. Maitsesta soola ja pipraga. Sega tatar sibula, oliivide, brokoli, paprika ja Kreeka pähklitega. Kalla peale salatikaste, sega läbi ja serveeri kohe. Peale puista hakitud ürte. Tatart peetakse küll teraviljaks, kuid taim on sugulane oblikale ja rabarberile

- 2 dl Veski-Mati tatratangu
- 4 dl vett
- 0,5 tl soola
- 200 g brokoliõisikuid
- 1 tükeldatud kollane paprika
- 1 väiksem tükeldatud punane paprika
- 3 sl oliiviõli
- 1 laimi mahl
- 1 sl valgeveiniäädikat
- 1 sl mett
- pipart
- 2 peeneks hakitud šalott-sibulat
- 10 Kalamata vm tumedat kividega oliivi
- 50 g röstitud ja tükeldatud Kreeka pähkleid
- värskeid ürte: till, münt, petersell