

طرز تهیه سالاد ماکارونی با قارچ



۱۳۶۱ کالری



سالاد



۴ نفر



۱۵ دقیقه



مواد لازم:

ماکارونی فرمی: یک پیمانه
قارچ: یک پیمانه اسلایس شده
سیر: ۴ حبه له شده
روغن زیتون: یک قاشق غذاخوری
سرکه بالزامیک: ۱,۵ قاشق غذاخوری

آبلیمو: ۲ قاشق چایخوری
جعفری: ۲ قاشق چایخوری خرد شده
ریحان: ۲ قاشق چایخوری خرد شده
آویشن: یک قاشق چایخوری
نمک و فلفل: به میزان لازم

دستور پخت:

۱ ابتدا باید ماکارونی فرمی را بپزید. برای این کار حدود ۴ لیوان آب را داخل یک قابلمه ریخته و آن را روی گاز قرار دهید تا آب به جوش بیاید. سپس ماکارونی فرمی را به آب در حال جوش اضافه کرده و مطابق دستور روی پاکت آن زمان دهید تا بپزد (بین ۷ تا ۹ دقیقه). سپس ماکارونی را زیر آب سرد گرفته و آبکش کنید. بعد آن را کنار بگذارید تا آب اضافی خارج شده و ماکارونی خنک شود.

۲ مقداری روغن زیتون در یک ماهیتابه متوسط ریخته و آن را روی حرارت گاز بگذارید. سیر له شده و قارچ‌های اسلایسی را به تابه اضافه کرده مواد را بین ۵ تا ۷ دقیقه تفت دهید تا کاملا طلایی شوند.

۳ ماکارونی پخته شده، قارچ سرخ شده، جعفری و ریحان را در یک کاسه بزرگ بریزید. سپس یک قاشق غذاخوری روغن زیتون، ۱,۵ قاشق غذاخوری سرکه بالزامیک، ۲ قاشق چایخوری آبلیمو، یک قاشق چایخوری آویشن و کمی نمک و فلفل به مواد اضافه کرده و به آرامی هم بزنید تا ماکارونی و قارچ کاملا به سس آغشته شوند.

۴ اکنون سالاد ماکارونی با قارچ شما آماده است. می‌توانید آن را با چند برگ ریحان یا جعفری تازه تزیین کرده و از خوردن آن لذت ببرید. نوش جان ...

LILIMAG

مجله اینترنتی لی‌لی‌مگ