

طرز تهیه سالاد الویه با کالباس



۱۲۳۸ کالری



سالاد



۸ نفر



۹۰ دقیقه



مواد لازم:

ژامبون گوشت: ۵۰۰ گرم	خیار شور: ۵ عدد بزرگ
سیب زمینی: ۳ عدد متوسط	پیازچه: یک سوم پیمانه
هویج: ۴ عدد متوسط	شوید: یک چهارم پیمانه خرد شده
نخود فرنگی پخته شده: ۵۰۰ گرم	سس مایونز: سه چهارم پیمانه
تخم مرغ: ۵ عدد	نمک و فلفل: به مقدار لازم

دستور پخت:

۱ ابتدا سیب زمینی و هویج را بپزید. برای این کار ابتدا سیب زمینی‌ها و هویج‌ها را شسته و با پوست در یک قابلمه پر از آب قرار دهید. قابلمه را روی حرارت گاز قرار داده و اجازه دهید سیب زمینی و هویج بپزد (حدود ۳۰ دقیقه). مراقب باشید مواد بیش از اندازه نپزند و له نشوند. همین که بتوانید به راحتی آنها را با چاقو سوراخ کنید، کفایت می‌کند. پس از این زمان سیب زمینی و هویج را از آب خارج کرده و کنار بگذارید تا سرد شوند.

۲ در گام دوم باید تخم مرغ‌ها را آبپز کنید. برای این کار تخم مرغ‌ها را در یک قابلمه کوچک پر از آب سرد ریخته و مقداری نمک به آب اضافه کنید. سپس قابلمه را روی گاز بگذارید و اجازه دهید تخم مرغ برای ۱۵ دقیقه بجوشد و کاملا پخته شود. بعد از این زمان تخم مرغ‌ها را زیر آب سرد بگیرید تا خنک شوند.

۳ سیب زمینی و هویج را پوست گرفته و به صورت مکعبی ریز خرد کنید. تخم مرغ را هم پوست گرفته و هم اندازه با سایر مواد خرد کنید. سپس خیار شور و کالباس را هم به صورت مکعبی خرد کنید. در ادامه همه این مواد را در یک کاسه بزرگ بریزید. بعد پیازچه و شوید را هم ریز خرد کرده و به کاسه اضافه کنید. سپس سس مایونز و کمی نمک و فلفل اضافه کرده و مواد را به خوبی هم بزنید تا همه مواد به سس آغشته شوند. در نهایت نخود فرنگی پخته را در مرحله آخر به سالاد اضافه کرده و به آرامی هم بزنید تا نخود فرنگی له نشود.

۴ اکنون سالاد الویه با کالباس شما آماده است. می‌توانید آن را به همین شکل سرو کرده و یا چند ساعت در یخچال قرار دهید تا کاملا جا بیفتد. در زمان سرو هم سالاد الویه را با گوجه گیلانی، هویج رشته‌ای، تربچه یا خیار شور رشته‌ای تزیین کرده و میل کنید. نوش جان ...

LILIMAG

مجله اینترنتی لی‌لی‌مگ