

Toorsalateid grilltoitude

Käes on suvine grillimisaeg. Grill-liha lausa nõuab enda kõrvale maitavat toorsalatit, mis aitaks kogu seda lihakraami seedida.

Toorsalatit oleks mõistlik pakkuda juba enne liha valmimist, sest täiskõhutune tekkivat alles 20–25 minutit pärast sööma hakkamist. Nii saab midagi kõhtu juba enne, kui kalli grillitud lihani jõutakse – peremehel väiksem kulu ja pidutsejatel jääb ära kõhuvalu.

Kuna suvel on tegemisi niigi palju, peaks salati valmistamine olema lihtne ning salatimaterjal suvilas või maaodus võimalikult käepärane või poest kergesti kättesaadav. Kaunistuseks võib salatile peale puistata ka terveid või veidi puruks rebitud lilleõisi. Kaunistuseks sobivad meelespea, saialill, võilill, ristik, hiirehernes, kellukad, sirel, päevaliilia, krüsanteem, mungalill, lillhernes, tokkroos, rebashein, mugulbegoonia, portulak, kurgirohi, kannikesed jne.

Grillitud kala kõrvale

■ **Mädarõikalehe ja hiina kapsa salat.** Võta 1 osa noori peeneks ribaks lõigatud mädarõikalehti ja 2 osa peeneks ribaks lõigatud hiina kapsast. Maitsesta salat sidrunipiraga, lisa veidi soola ja suhkrut, sorts valget veiniäädikat ning sega salat kergelt läbi. Nüüd mulju salatit veidi puunuiaga, sega veel kord läbi ja aseta tunniks külmikusse. Võimaluse korral asenda mädarõikalehed või siis osa nendest ribadeks lõigatud mungalillelehtede ja noorte võrsetega.



Võilill.

■ **Lihtne võilillelehe salat.** Korja 2–3 peotäit nooremaid võilillelehti ja vala peale kange soolalahus (lahusta 1 klaasis 1 sl soola). Hoiu 30 minutit, nõruta ja haki peeneks. Sega maitse järgi juurde peeneks riivitud mädarõikajuurt, maitseks veidi suhkrut ja sorts valget veiniäädikat. Kaunistuseks võib peale puistata veidi võililleõite kollaseid kroonlehti. Aseta salat tunniks jahedasse.

■ **Rakvere raibe (tõlkja) salat.** Seda vürtsikat ja vitamiinidest ning kasulikest bioaktiivsetest ainetest pungil umbrohtu leidub Eestimaal pea kõikjal. Võta tõlkja noori lehti ja võrseid, pese ja lõika hästi peeneks. Maitsesta salat soola ja suhkruga, tamb kergelt läbi ning sega juurde sorts valget veiniäädikat. Aseta salat paariks tunniks jahedasse, sega uuesti läbi ja serveeri. Soovi korral võib segada juurde ka veidi peeneks hakitud murulauku.

■ **Kaalika-vesiheinasalat.** 300–400 g jämedalt riivitud toorele kaalikale, naerile või mustale talirõikale sega juurde peotäis peeneks lõigatud vesiheina, maitseks soola ja suhkrut ning sorts valget veiniäädikat ning 1 sl õli. Sega ja aseta salat tunniks jahedasse.

Grillitud kanale

■ **Lihtne teelehe-aedviljasalat.** Võta paar peotäit nooremaid teelehti, pese, nõruta ja lõika peenteks ribadeks. Riivi jämedalt paar porgandit või üks juurseller, lõika peenteks ribadeks üks lavakurk. Sega kõik läbi, lisa 2 sl õli, veidi suhkrut ja soola ning valget veiniäädikat (1–2 sl). Aseta salat tunniks jahedasse.

■ **Šampinjoni ja murulaugu salat.** Võta 300–400 g värskeid šampinjone. Pese seened, nõruta ja lõika pikuti õhukesteks viiludeks. Aseta viilud sõelale ja tõsta mõneks minutiks keeva, sidrunhappega hapustatud vette (1 tl liitrile veele). Jahuta seened jooksva külma vee all ja nõruta. Sega juurde 1 klaas peeneks hakitud murulauku, 1–2 sl õli, 2–3 sl valget veiniäädikat. Maitsesta soola ja suhkruga ning tõsta paariks tunniks külmikusse.

Sega veel korralkult läbi ja serveeri.



Šampinjonid.

Grillitud sealiha kõrvale

■ **Vesiheina-mädarõikasalat.** Võta 300–400 g vesiheina, pese, nõruta, lõika parajaks. Tamb puunuiaga kergelt läbi, et salat veidi kokku vajuks. Sega juurde ½ klaasi värskest riivitud või marineeritud mädarõikajuurt, maitseks veidi soola ja suhkrut, veidi valget veiniäädikat ja õli (võimalusel sega sisse ka ühe sidruni peeneks riivitud väline koor). Sega kõik hästi läbi ja aseta salat tunniks külmikusse.

www.mullamutt.ee

VÕTA KUTSUMATA KÜLALISED OMA AIAS VÄÄRIKALT VASTU.

UUENDUSLIK MUTILÕKS

Müügil ainult e-poes.

