

# Kergeid salateid külmlauuale

REPRO

**Karge, hamba all krõmpsuv või värvikas salat maitseb hästi ning on ka lauaehteks.**

Kartulisalati või rosolje asemel võib segada teistmoodi salateid, milles hoopis keedetud kaalika- või naerikuubikuid. Ka ainult keedetud peedilõigud pehme juustuga annavad külmlaual vaheldust ega koorma sööjat.

## Roosa kaalikasalat

- 3 keskmist peeti
- 3 väikest kaalikat
- 2 õuna
- 1 vürtsikas konservkurk
- 1 punane sibul
- 2 sl kappareid

### Kaste

- 200 g hapukoort
- 1–2 sl mahedat sinepit
- 1 sl veiniäädikat
- 1 tl suhkrut
- ½ tl soola
- ¼ tl jahvatatud valget pipart
- 2 sl peenestatud sibulapealseid

Keetke eraldi nõus peedid ja kaalikad, koorige soojalt ja lõigake kuubikuteks. Koorige õunad, eemaldage seemnekambriid, lõigake peedi- ja kaalikakuupide suurusteks tükkideks. Samamoodi peenestage kurk ja punane kooritud sibul. Segage kõik ühtlaselt läbi.

Valmistage loetletud ainetest kaste, kallake salatile ning segage läbi kahe lusikaga alt ülespoole tõstes. Hoidke tarvitamiseni paar tundi külmas. Juurde andke väheselast heeringafileed.

Ka kappareid lisamata maitseb salat hästi. Kaalika asemel võib kasutada naerist.

## Punapeet laimimahla ja kitsejuustuga

- 4–5 väiksemat peeti
- ¾ dl lahjendatud laimimahla
- ½ sidruni mahl
- 2 sl oliiviõli
- näputäis värsked basiilikulehti
- ½ tl soola
- purustatud valget pipart
- 100–200 g pehmet kitsejuustu

Keetke korralikult pestud peedid pehmeks ja laske keeduvees jahtuda. Koorige peedid ja lõigake õhukesteks viiludeks. Segage laimimahl õliga, pigistage juurde sidrunimahla ja kallake peediviiludele, vajadusel lisage veidi vett. Hoidke vähemalt üks tund marinaadis.



Serveerimiseks laduge vaagnale peedilõigud vaheldumisi juustuviiludega. Peale riputage väheke soola ja pipart, kaunistage basiilikulehtedega. Kui on tahtmist, võib peedile väikesed vahukooretupsud peale panna.

## Punane peakapsas ananassiga

- ½ väikest kapsapead
- 1 väike purk (230 g) tükeldatud ananassi
- 200 ml vahukoort
- 100 g hapukoort või maitsestatamata jogurtit
- soola
- jahvatatud pipart

Riivige või lõigake kapsas õhukesteks ribadeks, kallake ananassitükid koos vedelikuga kapsale, segage. Maitsestage salat soola ja pipraga, lisage vahukoorega kloipitud hapukoort. Pange enne serveerimist paariks tunniks külmikusse.

## Punane peakapsas õuntega

- ca ½ kg punast kapsapead
- 3 hapukamaitselist õuna
- 1 porru
- 1 sidruni mahl
- veidi vett
- ürdisoola
- suhkrut
- 200 ml kohvikooort

Riivige kapsas, segage hulka õhukesed porruviilud. Õunad peske, ärge koorige, lõigake pärast südamiku eemaldamist õhukesteks sektoriteks, lisage kapsaporrusegule.

Pigistage koore sisse sidrunimahl, lisage veidi vett, maitsestage ürdisoola ja suhkruga. Segatud kastme võib kal-

lata salatile, aga serveerida ka eraldi. Hoidke mõlemad tarvitamiseni külmas.

## Paprika-sibulasalat

- 1 punane paprika
- 1 kollane paprika
- 1 roheline paprika
- 2–3 suuremat sibulat
- 1–2 küüslauguküünt

### Kaste

- 2 sl veiniäädikat
- 3 sl õli
- soola
- jahvatatud musta pipart
- suhkrut
- ½–1 tl Tabasco kastet

Lõigake kooritud sibulad õhukesteks rätasteks. Eemaldage paprikatelt varreosa ja seemned, lõigake rõngasteks ning segage sibulatega. Lisage pressitud küüslaugumahla.

Valmistage loetletud ainetest kaste ning valage salatile. Korrapäraselt laotud paprika ja sibularatastega vaagen ilma kastmeta on ka peolaua ehteks. Hoidke enne serveerimist külmas.

## Porgandi-banaanisalad

- 2–3 porgandit
- 1 banaan
- 2 sl kohvikooort
- 1–2 sl sidrunimahla
- 2 sl purustatud soolapähkleid

Suruge hästi valminud banaan kahvliga pudruks, segage koore ja sidrunimahla-ga kastmeks. Riivige porgandid, lisage banaanikaste ja enne serveerimist hoidke külmas.

**KADRIN LINNA**