



**TAK
SMAKUJE
ŚWIAT**

Sol & Mar
ANDALUSIAN
STYLE



OFERTA WAŻNA OD 20.06 DO 25.06 LUB DO WYCZERPANIA ZAPASÓW

SPIS TREŚCI

ARTYKUŁ: JAK WYKORZYSTAĆ NAJPOPULARNIEJSZE WĘDLINY Z ANDALUZJI?	4
SPAGHETTI Z PIKANTNYM SOSEM POMIDOROWYM I KREWETKAMI	6
CHŁODNIK Z POMIDORÓW I PAPRYKI	8
KROKIETY Z SZYNKĄ SERRANO	10
HISZPAŃSKA TORTILLA ZIEMNIACZANA	12
AFFOGATO Z LODAMI PISTACJOWYMI I KARMELEM	14



Sol&Mar Andalusian style

prosto z krajów wypełnionych radością
i słońcem – na Twój stół!

Produkty marki **Sol&Mar Andalusian style** opowiedzą Ci poprzez smak o tym, co jest ważne dla kuchni Hiszpanii, zabierając Cię w podróż po różnorodnych smakach tego regionu.

Poznasz tradycję przygotowywania przekąsek, tzw. **tapas**: dowiesz się, z jakich produktów najczęściej powstają i jak je łączyć, by zachwycić znajomych talerzem pełnym andaluzyjskich smaków podczas najbliższej imprezy.

Na tę okazję przydadzą Ci się na pewno kiełbasy, takie jak **Morcón Ibérico** czy **Prolongo Fuet** oraz szynki, np. **Jámon Reserva** czy **Ibérico de Cebo**. Możesz postawić również na zestawy wędlin, jeśli chcesz rozsmakować się w większej ilości specjałów południa. W ofercie znajdziesz ponadto apetyczne tortille, suszone pomidory, a nawet owcze sery, ryby i owoce morza.

Poznaj wszystkie oblicza kuchni pełnej słońca
i dziel się nią z bliskimi!

Jak wykorzystać najpopularniejsze wędliny z Andaluzji?

Andaluzja to region, który poza pięknymi krajobrazami i architekturą nieprzerwanie zachwyca bogactwem wędlin i aromatycznych potraw. Ich umiejętne połączenie poprzez dodanie pysznych wędlin Sol&Mar Andalusian Style do przyrządzanych dań pozwoli, choć na chwilę, przenieść się na słoneczne wybrzeże Hiszpanii. Jakie potrawy zatem warto przygotować?

Flamenquines – to pyszne danie, popularne zwłaszcza w okolicach Kordoby, które wyglądem przypomina kotleta de volaille, jednak przygotowane jest ze schabu i szynki serrano. Do zawijania świetnie sprawdzi się także bardziej aromatyczna **jamón de cebo ibérico**, która sprawi, że smak flamenquines będzie jeszcze bardziej wyjątkowy.



Serranito – to niezwykle popularna kanapka na ciepło serwowana w całej Andaluzji, a zwłaszcza w Sewilli. Najczęściej jest podawana z grillowanym mięsem, papryką, świeżym pomidorem i długo dojrzewającą szynką taką jak **jamón reserva**.

Salmorejo – to zupa podawana na zimno pochodząca z Kordoby, przygotowywana z czerstwego chleba, dojrzałych pomidorów, czosnku i oliwy z oliwek. Tradycyjnie jest podawana z pokrojonym w kostkę jajkiem ugotowanym na twardo i długo dojrzewającą szynką np. **jamón de cebo ibérico**.

Tapas – to małe przekąski podawane do napojów w barach w Hiszpanii, idealnie nadają się do tego, aby w pełni docenić smak andaluzyjskich wędlin. Także podczas kolejnego spotkania ze znajomymi poza klasycznymi patatas bravas czy oliwkami warto podać kiełbasę **salchichón** czy **chorizo**. Dodatkowo można przygotować minigrzanki ze wspomnianymi wędlinami i hiszpańskim serem manchego lub grillowanymi papryczkami.

Tortilla de patatas – to klasyczne danie śniadaniowe popularne w całej Hiszpanii. W wersji podstawowej przygotowuje się je z ziemniaków, jajek i cebuli, jednak dodatki są całkowicie dowolne. Świetnie sprawdzi się tutaj np. ostra **morcón ibérico** (długo dojrzewająca kiełbasa przyprawiana podobnie jak chorizo, jednak mająca zdecydowanie mniej tłuszczu), która nada jeszcze bardziej wyjątkowy smak tej potrawie.



SPAGHETTI Z PIKANTNYM SOSEM POMIDOROWYM I KREWETKAMI

0:30



CZAS
PRZYGOTOWANIA



POZIOM
ŁATWY

4



LICZBA
PORCJI



RYBY I OWOCE
MORZA

SKŁADNIKI

mrożone krewetki (olbrzymie
lub argentyńskie) – **500 g**

cebula – **2 szt.**

czosnek – **2 ząbki**

papryczka chili – **3 szt.**

olej – **3 łyżki**

koncentrat pomidorowy –
1 łyżka

koniak – **3-4 łyżki**

cukier – **1-2 łyżeczki**

krojone pomidory – **2 puszki**

makaron spaghetti – **400 g**

makaron spaghetti – **400 g**

natka pietruszki –

0,5 pęczka

sól

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

KROK 1: ROZMRAŻAMY KREWETKI

Krewetki przekładamy na sitko, płuczemy i pozostawiamy do rozmrożenia. Następnie ponownie płuczemy i osuszamy.

KROK 2: PRZYGOTOWUJEMY SOS

Cebulę i czosnek obieramy, kroimy w drobną kostkę. Papryczkę chili oczyszczamy, pozbawiamy nasion i drobno siekamy. Podsmażamy z cebulą i czosnkiem na gorącym oleju przez 2-3 minuty aż do zeszklenia. Dodajemy koncentrat pomidorowy i krewetki. Smażymy razem przez 1 minutę. Wlewamy koniak, doprawiamy solą i cukrem. Dodajemy pomidory i gotujemy na wolnym ogniu przez 8-10 minut, mieszając od czasu do czasu, aż sos zgęstnieje.

KROK 3: GOTUJEMY MAKARON

Spaghetti gotujemy al dente zgodnie z instrukcją podaną na opakowaniu. Pietruszkę myjemy, otrząsamy do sucha, listki obrywamy i grubo siekamy. Odlewamy wodę, makaron przekładamy na sito i osączamy. Sos doprawiamy do smaku i podajemy z makaronem, posypujemy pietruszką.





CHŁODNIK Z POMIDORÓW I PAPRYKI

 **0:40**
CZAS
PRZYGOTOWANIA


POZIOM
ŁATWY

 **4**
LICZBA
PORCJI


WEGETARIAŃSKIE

SKŁADNIKI

4 duże mięsiste pomidory
2 spore czerwone papryki
2 cebule dymki (może być także 1 zwykła, mała)
2 łyżki oliwy
500 ml bulionu warzywnego
sól
pieprz
2 gałązki świeżej natki pietruszki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

KROK 1: PRZYGOTOWUJEMY WARZYWA

Pomidory obieramy ze skórki, pozbawiamy gniazd nasiennych, kroimy w kostkę. Cebulę siekamy, podsmażamy na złoty kolor na oliwie.

Paprykę myjemy, oczyszczamy z gniazd nasiennych, kroimy w niezbyt dużą kostkę

KROK 2: PODSMAŻAMY WARZYWA

2 łyżki pokrojonej papryki odkładamy do posypania zupy, a resztę dodajemy razem z pomidorami do cebuli i smażymy razem około 3-4 minut.

KROK 3: GOTUJEMY ZUPĘ

Podsmażone warzywa przekładamy do garnka, zalewamy bulionem i gotujemy razem około 20 minut.

JAK PODAWAĆ

Podsmażone warzywa przekładamy do garnka, zalewamy bulionem i gotujemy razem około 20 minut.





KUCHNIA
LIDL.PL

KROKIETY Z SZYNKĄ SERRANO

 **0:30**
CZAS
PRZYGOTOWANIA


POZIOM
ŁATWY

 **6**
LICZBA
PORCJI


WIEPRZOWINA

SKŁADNIKI

szynka serrano – **100 g**
cebula – **1 sztuka**
mąka pszenna – **55 g**
masło – **55 g**
mleko – **450 ml**
sól – **szczypta**
gałka muskatołowa – **1 szczypta**
jajka – **2 szt.**
bułka tarta – do obtoczenia
(**ok. 1 szklanka**)
oliwa z oliwek do smażenia

PRZYGOTUJ

patelnię
trzepaczkę

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

KROK 1: PODSMAŻAMY SZYNKĘ I CEBULĘ

Szynkę serrano oraz cebulę drobno siekamy. Na rozgrzaną patelnię wlewamy łyżkę oliwy, dodajemy masło i podsmażamy na nich cebulę oraz szynkę.

KROK 2: PRZYGOTOWUJEMY BAGIETKI

Na patelnię dodajemy mąkę i wszystko chwilę smażymy. Do składników dolewamy mleko, cały czas mieszając. Całość gotujemy do momentu, aż masa zgęstnieje. Doprawiamy solą i gałką muszkatołową. Masę odstawiamy do wystygnięcia.

KROK 3: FORMUJEMY KROKIETY

W misce roztrzepujemy jajka, na talerz wysypujemy bułkę tartą. Z wystudzonej masy formujemy krokiety. (jeśli masa jest zbyt luźna należy dodać do niej 2-3 łyżki bułki tartej). Gotowe krokiety obtaczamy w jajku, a następnie w bułce tartej.

KROK 4: SMAŻYMY KROKIETY

Krokiety smażymy na rozgrzanej oliwie, aż nabiorą złotego koloru.





HISZPAŃSKA TORTILLA ZIEMNIACZANA

 **0:40**
CZAS
PRZYGOTOWANIA


POZIOM
ŁATWY

 **6**
LICZBA
PORCJI


WEGETARIAŃSKIE

SKŁADNIKI

500 g ziemniaków
2 cebule
500 ml oleju
2 jajka
3 łyżki natki pietruszki
sól
pieprz
1 ostra papryczka



SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

KROK 1: PRZYGOTOWUJEMY ZIEMNIAKI

Ziemniaki obieramy i kroimy w bardzo cienkie plasterki (możemy robić to obieraczką do warzyw). Ziemniaki układamy warstwami na patelni (będziemy jej później używać w piekarniku, więc należy wybrać patelnię z odporną na wysokie temperatury rączką) i zalewamy olejem. Olej powinien zakrywać ziemniaki.

Ustawiamy patelnię na małym ogniu i podgrzewamy przez mniej więcej 20 minut (ziemniaki powinny być miękkie w środku, ale nie usmażone). Ziemniaki przekładamy na sito i odcedzamy.

Na patelnię, na której były wcześniej ziemniaki, wrzucamy pokrojoną w krążki cebulę i smażymy, aż się mocno przyrumieni.

KROK 2: PRZYGOTOWUJEMY POZOSTALE SKŁADNIKI

Do miseczki wbijamy jajka, roztrzepujemy widelcem. Przyprawiamy do smaku solą, pieprzem, posiekaną natką pietruszki. Dodajemy pozbawioną pestek i bardzo drobno pokrojoną ostrą papryczkę.

Do odcedzonych z tłuszczu ziemniaków dodajemy cebulę i masę jajeczną. Całość delikatnie mieszamy.

KROK 3: MIESZAMY CAŁOŚĆ

Na patelni rozgrzewamy odrobinę oleju i przekładamy na nią ziemniaczaną masę. Całość wyrównujemy drewnianą łyżką i smażymy na niewielkim ogniu ok. 10 minut. W tym czasie rozgrzewamy piekarnik do 180 stopni. Już dość dobrze ściętą tortillę wkładamy do piekarnika na kolejne kilka minut, aż wierzch również się zetnie i lekko przyrumieni.

Do odcedzonych z tłuszczu ziemniaków dodajemy cebulę i masę jajeczną. Całość delikatnie mieszamy.

JAK PODAWAĆ

Tortillę przekładamy na talerz, odwracając ją górą do dołu. Kroimy na mniejsze kawałki. Podajemy jako przekąskę lub danie śniadaniowe.



AFFOGATO Z LODAMI PISTACJOWYMI I KARMELEM

 **0:10**
CZAS
PRZYGOTOWANIA


POZIOM
ŁATWY

 **6**
LICZBA
PORCJI


WEGETARIAŃSKIE

SKŁADNIKI

SOS KARMELOWY

cukier trzcinowy –
½ szklanki
śmietanka 30% – **¼ szklanki**
masło – **1 łyżka**
sól – **1 szczypta**

KAWA

kawa mielona – **1 płaska
łyżeczka**
wrzątek – **100 ml**

DODATKOWO

lody pistacjowe – **1 gałka**

PRZYGOTUJ

patelnię

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

KROK 1: PRZYGOTOWUJEMY KARMEL

Wszystkie składniki sosu karmelowego umieszczamy na patelni i zagotowujemy, cały czas mieszając. Zmniejszamy ogień na średni i gotujemy 5 minut, aż cukier się rozpuści, a masa zgęstnieje. Przelewamy do słoiczka.

KROK 2: PRZYGOTOWUJEMY KAWĘ

Parzymy kawę – najlepiej w kawiarence lub w dripie.

KROK 3: ŁĄCZYMY WSZYSTKIE SKŁADNIKI

Do szklanki przekładamy pożądaną ilość sosu karmelowego, następnie dokładamy lody i wlewamy gorącą kawę.





**PO WIĘCEJ
INSPIRACJI
ZAJRZYJ NA**



KUCHNIALIDLA.PL

Sprawdź gazetki ulubionych sieci na stronie ding.pl

