

Luni 18

↑16°C | ↓12°C
Soare, nori

Marți 19

↑15°C | ↓11°C
Soare, nori

Miercuri 20

↑17°C | ↓11°C
Soare, ploaie

Joi 21

↑12°C | ↓9°C
Ploaie

Vineri 22

↑9°C | ↓4°C
Nori

Sâmbătă 23

↑5°C | ↓4°C
Nori

Duminică 24

↑8°C | ↓5°C
Nori

CELE MAI BUNE MÂNCĂRURI DE POST

4 rețete delicioase

Perioada Postului Nașterii Domnului ne oferă posibilitatea de a diversifica alimentația. Până în Ajun, ne putem delecta cu o mulțime de preparate pe cât de gustoase, pe atât de arătoase și de sănătoase. Din gama variată de rețete de post prezentăm, în cele ce urmează, patru rețete delicioase, simple și rapide.



Pate de ciuperci

INGREDIENTE:

- 400 g de ciuperci (putem adăuga mai multe soiuri);
- 4-5 căței de usturoi;
- 3 linguri de ulei;
- 2 lingurițe de suc de lămâie;
- pătrunjel (pentru decorat);
- cimbru;
- sare și piper, după gust.



MOD DE PREPARARE:

Începem pregătirea prin curățarea cățeilor de usturoi și călirea lor în puțin ulei încins. Adăugăm ciupercile tăiate grosier și ținem ingredientele pe foc până când se evaporă lichidul.

Cu câteva minute înainte să oprim focul, punem în tigaie sare, piper și cimbru. După ce se răcesc puțin legumele, le pasăm cu blenderul. Putem adăuga și puțin ulei, suc proaspăt de lămâie și pătrunjel verde. Amestecăm bine până când obținem o compoziție cremoasă. La final, decorăm preparatul cu frunze de pătrunjel, măslina sau felii de roșii

Salată cu măr, țelină și morcov



INGREDIENTE:

- 3 morcovi;
- 3 linguri de ulei de măsline;

- 2 bucăți de praz (doar partea albă);
- 1 țelină;
- 1 măr;
- sare, piper și lămâie, după gust.

MOD DE PREPARARE:

Spală bine mărul și legumele. Prazul, toacă-l rondele, iar mărul, morcovii și țelina, taie-le bastonașe. Apoi amestecă toate ingredientele cu uleiul de măsline și zeama de lămâie.

Supă de morcov, măr și ghimbir

INGREDIENTE:

- 700 gr de morcovi curățați și spălați în prealabil;
- 3 linguri cu ulei;
- 2 mere bine coapte;
- 1 ceapă medie;
- 1 bucată de 2-3 cm de ghimbir, curățat;
- 1 ardei iute;
- 1 l de apă sau de supă de legume, caldă;
- 1 vârf de linguriță cu nucșoară rasă;
- sare și piper, după gust;
- câteva frunze de mentă.



MOD DE PREPARARE:

Spălăm bine toate legumele. Apoi tăiem ceapa în cubulețe mici și morcovii rondele subțiri. Scoatem semințele ardeiului iute și îl tocăm mărunt. Ghimbirul îl dăm prin răzătoarea mică. Ceapa o călim cam două-trei minute. Peste ea punem rondelele de morcov, ghimbirul ras și ardeiul iute. Amestecăm bine ingredientele și le lăsăm la călit cam cinci minute. Turnăm apa caldă sau supa de legume și lăsăm preparatul la fiert până

când legumele devin moi. Între timp, tocăm mărunt și menta. Apoi decojim merele și le tăiem în cubulețe. Când morcovii sunt suficient de moi, punem și cubulețele de măr. Amestecăm bine supa și o mai lăsăm să fiarbă cam cinci minute. O lăsăm să se răcorească puțin și o trecem prin blender. Mișcăm până când obținem o cremă fină. Presăram deasupra nucșoara rasă și condimentăm cu sare și piper măcinat. Amestecăm, gustăm și punem menta tocată. Servim supa caldă, cu crutoane.

Mâncare de praz cu măslina



INGREDIENTE:

- 6 fire de praz;
- 300 ml suc de roșii;
- 1 ceașcă de măslina;
- 1 linguriță de zahăr;
- o jumătate de pahar de vin alb;
- ulei;
- sare și piper, după gust.

MOD DE PREPARARE:

Curățăm prazul de prima foaie și îl spălăm bine. Îl tăiem cubulețe mici, îl opărim în apă clocotită și îl lăsăm așa aproximativ 10-15 minute. Apoi îl scoatem, îl scurgem bine și îl punem la călit într-un vas în care am încins deja puțin ulei. Aco-perim cu capac și amestecăm din când în când.

Sucul de roșii îl punem când vedem că prazul a început să capete o nuanță aurie. Tot atunci punem și măslina, sarea și piperul, după gust, vinul și lingurița de zahăr. Lăsăm mâncarea să fiarbă la foc mic circa 15 minute.

HOROSCOOP

WWW.ZODIACOOOL.RO

Berbec

21.03 - 20.04



Îți vei dori să încerci ceva cu totul nou. Vei fi tentat să te înscrii la un curs sau să începi o nouă activitate regulată. Le vei oferi mai multă atenție celor dragi, iar în relația cu colegii vei fi extrem de prietenos. Datorită energiei pe care o ai, vei reuși să duci totul la bun sfârșit, în scurt timp.

Taur

21.04 - 21.05



Natura ta senzuală este în plină floare. Persoanele din jurul tău nu-ți vor da niciun moment de singurătate. Se va produce o schimbare în viața ta care te va afecta mai mult decât crezi. În cazul în care ești într-o relație, asigură-te că partenerul înțelege că nu treci printr-o perioadă bună.

Gemeni

22.05 - 21.06



Un moment extrem de bun pentru a da curs unor proiecte noi. Ar fi bine să-ți faci planuri de business și să nu eziți să interacționezi cu oameni necunoscuți. Ai șansa să te apropii și mai mult de partenerul de viață și să-i arăți partea aceea pasională, grijulie și foarte sexy pe care o ai.

Rac

22.06 - 22.07



Afacerile și romantismul ar putea înflori în această săptămână. Proiectele aflate deja în derulare vor avea succes extraordinar. Este un moment bun pentru negocieri și oferte. Ar putea să apară o nouă poveste de dragoste. Dacă ești deja într-o relație vei face mai mult decât intenționai.

Leu

23.07 - 22.08



Dacă în ultima vreme lucrurile nu au mers tocmai bine, acum vor fi noi oportunități pentru a le rezolva. Apar schimbări pozitive în plan profesional. Este un moment foarte bun pentru a-ți reconstrui traseul și pentru a pune la punct problemele pe care le întâmpini de la o vreme.

Fecioară

23.08 - 21.09



Apar unele responsabilități care îți vor da puțin peste cap viața socială. Starea de spirit te va face să fii activ și dornic de aventură, ceea ce te va ajuta să cunoști persoane fascinante și locuri noi. Vei fi pus în situația de a lua o decizie care va avea consecințe majore în viața ta.

Balanță

22.09 - 22.10



La serviciu, săptămâna va fi una a extremelor. Fie vei da totul, fie nimic. La fel va fi și starea ta fizică - ori te vei simți foarte energic, ori extrem de obosit. Ar fi cazul să găsești un echilibru între munca depusă și timpul tău liber. Încearcă să fii mai înțelegător cu partenerul de viață.

Scorpion

23.10 - 21.11



Activitățile intelectuale te avantajează, dându-ți posibilitatea de a-ți pune în valoare inteligența și inspirația. Situația financiară nu se arată nemai-pomenită, dar rezolvi unele blocaje. Este posibil să îți se propună o colaborare care te va tenta. Studiaz-o cu o atenție deosebită!

Săgetător

22.11 - 20.12



Ar trebui să te concentrezi mai mult pe ceea ce îți-ar putea aduce beneficii în afaceri. Este un moment bun pentru a încheia noi parteneriate și pentru orice investiție financiară. Șarmul te va ajuta să-ți rezolvi o problemă care te supără de ceva timp. Fii precaut în hotărâri.

Capricorn

21.12 - 19.01



Va fi greu să te concentrezi pe ceea ce ai de făcut la muncă. Vei fi deschis la experiențe noi și-ți vei face un nou prieten la locul de muncă sau prin intermediul unei cunoștințe. În orice caz, vei găsi răspunsuri la întrebări arzătoare despre tine și o altă persoană importantă din viața ta.

Vărsător

20.01 - 18.02



Este momentul să te bazezi pe experiența din trecut pentru a face față noilor provocări. Dacă ai ceva ce dorești să păstrezi numai pentru tine sunt toate șansele să fii dat în vileag. Ai avut prea multă încredere în persoane necunoscute, iar acum vei suporta consecințele.

Pești

19.02 - 20.03



Va fi o săptămână a regretelor și cel mai probabil vei regreta generozitatea pe care ai avut-o cu cei care se dovedește că nu meritau. Vei regreta și sumele de bani pe care le-ai dat celor care nu rețin recunoștință. Te vei retrage într-un turn de fildeș și vei lua anumite decizii.