



**K**ad neko pomene testeninu, većina asocijacija uglavnom seže do ranog detinjstva kad su naše bake, zajapurene od dnevnih obaveza, razvlačile na kuhinjskim stolovima sve one đakonije od brašna koje su nam se, mirisne i neprevaziđene, urezale u sećanje za sva vremena. Mada paste kakvim ih danas poznajemo vode poreklo iz Italije, gde su ih, prema nekim teorijama, u sedmom veku doneli Arapi (ona o Marku Polu je prevaziđena), kod nas su Srem i Vojvodina odvajkada bili poznati po flekicama, rezancima, tarani... Dugo vekova su paste konzumirane “klot”, bez dodataka, ali kad su Španci doneli paradajz iz Amerike, testenina je doživela potpunu renesansu i ostala neprikosnoveni vladar svake trpeze. Ako nemate vremena za dugi boravak u kuhinji, pasta je najbolji izbor; ako ne želite da se prejedete za večeru, testenina će vas zasititi; ako ne znate kako da u svoj meni uvrstite neko mrsko povrće, uz paste će svakako dobiti šansu da postane omiljeno. A da biste ostali u maniru laganog obroka, u drugom delu kuvara očekuju vas recepti s drugom čuvenom delicijom italijanske kuhinje, pirinčem, koji može biti prilog, predjelo, ali i glavni obrok. Taman kad ste pomislili da su iscrpljene sve mogućnosti, mi vam dajemo još neku novu ideju ili otkrivamo neki zanimljiv trik. Kuvanje po receptima iz našeg Sale & Pepe kuvara je sve samo ne dosadno. Dovoljno je da zaronite u ovu riznicu zdravih i ukusnih receptata jer šta god da izaberete, dobićete vrhunski spremljeno jelo.

*Vaš Sale & Pepe tim!*



## I DEO:

- 4 **KRATKA TESTENINA**
- 6 Salata od fuzila s grilovanim povrćem
- 8 Kremasta testenina s paradajzom
- 10 Makaroni s karfiolom i suvim grožđem
- 12 Mirisna pasta sa slaninom i bundevom
- 14 Makaroni sa suvim pečurkama
- 16 Pita od paste s grilovanim povrćem i mocarelom
- 18 Ravioli od lososa s puterom i crvenim biberom
- 20 Pene s pestom od badema i žalfije
- 22 Školjkice s mladim lukom, maslinama, čerijem i rukolom
- 24 Pasta-salata s pestom od celera i oraha

## II DEO:

- 26 **DUGA TESTENINA**
- 28 Lingvine sa šafranom i tikvicama
- 30 Špageti s patlidžanom i ljutom papričicom

- 32 Taljatele s maslinama i peršunom
- 34 Špageti karbonara
- 36 Taljatele sa sosom od maslina, tunjevine i kapara
- 38 Špageti s vongolama
- 40 Pasta s cimetom, prazilukom i dimljenim sirom
- 44 Špageti s piletinom, maslinama i pikantnim bademima
- 46 Taljatele s piletinom, povrćem i indijskim orahom
- 48 Špageti sa sabljarkom i patlidžanima

## III DEO:

- 50 **ZAPEČENA TESTENINA**
- 52 Zapečeni fuzili s povrćem i slaninom
- 54 Kaneloni sa sirom i spanaćem
- 56 Školjkice s mešanim povrćem i topljenim sirom
- 58 Lazanja s raguom od jagnjetine
- 60 Testenina sa čufticama
- 62 Lazanja s kremom od špargli
- 64 Makaroni s pršutom i šunkom





- 66 Lazanja s pečurkama i bundevom
- 68 Rolnice od sira i blitve
- 70 Lazanja sa šparglami, pečenicom i morne sosom
- 72 Lazanja sa šafranom i skušom
- 74 Zapečeni makaroni s jajima i patlidžanom

## IV DEO:

### 76 RIŽOTO

- 78 Boemski rižoto
- 80 Rižoto s bundevom i bademima
- 82 Rižoto s piletinom i paradajzom
- 84 Rižoto s prazilukom i pršutom
- 86 Rižoto s grgečom
- 88 Rižoto s bundevom i pilećom džigericom u konjaku
- 90 Rižoto s gamborima i pinjolima na puteru
- 92 Rižoto s lisičarkama i prženim lukom
- 94 Rižoto s viljamovkom i žiljenom od pršute

- 96 Rižoto s vongolama i belom slaninom
- 98 Rižoto sa šafranom i vrganjima

## VIDEO:

### 100 PIRINAČ

- 102 Fokača sa susamom, pirinčem i tikvicama
- 104 Paradajz punjen pirinčem i paprikom
- 106 Maki suši
- 108 Salata od pirinča s kruškama i pestom od nane
- 110 Musaka od pirinča i lososa
- 112 Pikantna paelja iz Valensije
- 114 Salata od pirinča s povrćem i gamborima
- 116 Sutlijaš-torta s jagodama
- 118 Tatan od pirinča s kumkvatom
- 120 Crni rižoto s pistaćima

### 122 GLOSARIJUM



# Kratka

**A**ko želite da osetite suštinu testenine, izaberite jedan od oblika koje vam predložimo na sledećim stranama. Oni će tokom termičke obrade zadržati oblik i dobru teksturu. Idealni dodaci? Hrskavo povrće, mahunarke, sveži sirevi...



**Izuvijani oblik fuzila idealan je za zadržavanje sosa.**

## DRUGAČIJI, ALI ZANIMLJIVI

U prodaji se nalazi bezbroj oblika kratke testenine, od onih tradicionalnih kao što su pene, makaroni i fuzili, do različitih oblika i veličina (mali ili veliki, glatki ili rezbareni, pravi ili izuvijani). Jedinstven oblik testenine učiniće jelo originalnim i iznenađujućim, ali zapamtite da što je oblik kompleksniji, to će testenina biti vlažnija nakon kuvanja.

## ZDRAVO I UKUSNO

Jela od testenina u ovoj sekciji se sva pripremaju prilično brzo. Stoga, ona su idealni obrok za sve one koji nemaju mnogo slobodnog vremena, a žele da se hrane zdravo. Dok se testenina kuva, sos ili ragu uglavnom je već gotov. Neka svi ovi recepti budu samo polazna tačka za vas – dodajte nešto što volite ili određeni sastojak zamenite nekim drugim, ali tek nakon što probate originalnu recepturu.

# testenina



# SALATA OD FUZILA *s grilovanim povrćem*

## JEDNOSTAVNO

Priprema: 10 minuta  
+ 1 sat

Kuvanje: 10 minuta  
545 kcal po porciji

## SASTOJCI ZA 4 OSOBE:

300 g fuzila • 100 g feta sira • 80 g dimljenog kačkavalja • 80 g mladog kravljeg sira • 200 g mladih tikvica • po 1 mala žuta i crvena paprika babura • 2 mlada crna luka • 2 grančice majorana • 1/2 kašičice semena anisa • maslinovo ulje • so

**1** Očistite tikvice i mladi luk, isecite ih na kriške po dužini i izgrilujte. Oljuštite paprike i očistite ih od semenki. Ocedite, obrišite i izmrvite fetu. Isecite dimljeni sir na komadiće, mladi na kockice, a anis usitnite.

**2** Skuvajte pastu al dente, sačekajte da se ohladi, začinite je povrćem isečenim na kockice, anisom, majoranom, prstohvatom soli i sa 5-6 kašika ulja. Ostavite da odstoji oko sat, potom dodajte sireve, promešajte i poslužite.





# KREMASTA TESTENINA *s paradajzom*

## VEOMA JEDNOSTAVNO

Priprema: 20 minuta

Kuvanje: 10 minuta

545 kcal po porciji

## SASTOJCI ZA 4 OSOBE:

400 g kratke testenine po izboru • 200 g mladog kravljeg sira • 2 zrela paradajza • 20 g rendanog parmezana ili grana padana • 2 kašike **Meggle kisele pavlake** • po nekoliko grančica bosiljka (ili malo suvog) • pola čena belog luka • maslinovo ulje • so • biber

**1** Operite oba paradajza, očistite ih i isecite na komadiće. Ubacite ih u blender, dodajte iseckan mladi sir, **Meggle kiselu pavlaku**, 3-4 lista bosiljka (ili prstohvat suvog), beli luk i mlaz ulja.

**2** Blendirajte sastojke tek toliko da veći deo smese bude gladak, a da se i dalje vide komadići paradajza. Posolite i začinite sveže mlevenim biberom.

**3** Skuvajte testeninu al dente, ocedite je i prebacite u dublji teflonski tiganj. Preko nje prelijte krem od paradajza, pa zajedno sve prokuvajte oko 1 minut. Pospite parmezanom, promešajte i odmah poslužite.







### **KISELA PAVLAKA MEGGLE**

Biser u paleti Meggle mlečnih proizvoda. Kisela pavlaka prefinjenog, osvežavajućeg ukusa idealan je dodatak jelima, uz svaki vaš obrok – doručak, ručak ili večeru. Svojom savršenom jednostavnošću, neodoljivog ukusa, neizostavan je sastojak vaše trpeze.

