Cezar salata sa tunjevinom

težina: **lako**

za: **2** osoba

vreme pripreme: **30** min

Sastojci

Potrebno je:

- **1 manja glavica**zelene salate
- **80 g**tunjevine u komadu iz konzerve
- **2-3 cena**belog luka
- **1 kašika**vorcester sosa
- **2-3 kašike**soka od limuna
- **50 g**majoneza
- **1 kašicica**senfa
- **1/4 kašicice**soli
- **1 prstohvat**bibera
- **1 kašika**parmezana

Krutoni:

- **4 šnite**crnog ili belog hleba
- **2-3 cena**belog luka
- **50 ml**maslinovog ulja

Finale:

- **za posipanje salate**parmezan
- **80 g**tunjevine u komadu iz konzerve (po želji)

Priprema

Razdvojiti manju glavicu zelene salate na listove i svaki zdrav list dobro isprati pod hladnom vodom, ulazeci mlazom u nabore na listu. Salata može biti kontaminirana bakterijom ešerihija koli, pa je važnost pranja salate, kao i drugog povrca, od izuzetnog znacaja. Poredjati listove na kuhinjsku hartiju i ostaviti ih da se prosuše. Ukoliko listove unapred pripremimo i operemo, obavezno ih cuvati u cistoj kesi u frižideru. U originalnom receptu upotrebljava se vrsta salate "Romaine lettuce", ali ce odgovarati i svaka druga vrsta koja raste na našem podneblju. U izvesnim receptima savetuju da se koriste samo unutrašnji listovi s vece glavice salate, 6-8 listova po porciji. Ostatak listova cuvati u frižideru za drugu priliku.

Priprema krutona: Krutone možemo unapred pripremiti i cuvati u platnenoj vrecici. Ukljuciti rernu da se zagreje na 175°C. Na pleh staviti pek papir. Napraviti preliv od 50 ml maslinovog ulja i 2-3 cena ispasiranog ili izrendanog belog luka, bez soli. Sa kriški hleba skinuti koricu ako je tvrda i iseckati ih na kockice, ili ih iscepkati na komadice, pa poredjati na pleh, zaliti prelivom i dobro promešati da bi svaki komadic bio obložen uljem. Krutone peci 10-15 minuta ili dok ne porumene, a za to vreme bar jednom promešati. Proces pecenja nadgledati, jer je tanka granica izmedju rumenih i reš pecenih krutona.

Priprema salate: Listove salate krupno iseci ili iscepkati na velicinu zalogaja. Komade tunjevine staviti na cediljku da se ocede od ulja u kojem su stajali. Deo ostaviti u komadima za salatu, a deo usitniti viljuškom i upotrebiti za preliv. Originalna verzija preliva sastojala se od žumanceta, maslinovog ulja, soka od limuna i zacina. Zbog rizika od infekcije salmonelom, kasnije verzije salate ukljucile su majonez. Umesto majoneza, kao lakšu varijantu preliva, možemo koristiti emulziju od gustog jogurta i maslinovog ulja. Beli luk oljuštiti i vrlo sitno iseckati, pa dodati ocedjenu i usitnjenu tunjevinu, majonez, senf, sok od limuna, so, biber, vorcester sos i parmezan. Izmešati sastojke dok se dobro ne sjedine. Na tanjir ili u ciniju složiti krupno isecene listove zelene salate, odozgo rasporediti krutone, zaliti umakom i posuti parmezanom i komadima tunjevine. Servirati odmah, jer zacinjena salata ne sme da stoji. Tvorac "Cezar salate" Kardini je pripremao salatu u svom restoranu direktno na stolu gosta.

Savet

Popularnu salatu osmislio je Caesar Cardini, koji je rodjen krajem 19. veka u Italiji. Kao mladi emigrirao je u Ameriku, a zatim se zbog prohibicije preselio u Meksiko, gde je otvorio restoran u kojem je nastala uvena salata. Prohibicija podrazumeva potpunu zabranu proizvodnje, prodaje i konzumiranja alkoholnih pia, pa su kod Kardinija u Tihuanu na veeru dolazile slavne osobe i holivudski glumci iz Kalifornije i tako je Cezar salata stekla reputaciju, a dobar glas je polovinom 20. veka stigao u Evropu, kad je u Parizu salata proglašena najveim receptom iz Amerike u 50 godina. Postoji više varijacija "Cezar salate", ukljuujui list salate - od celog do iseenog, dodavanje grilovane piletine, propržene slanine, ili izostavljanje inuna iz preliva koji, istini za volju, nikad nisu bili medju sastojcima originalne Kardinijeve salate. Osim što je ukusna, "Cezar salata" je veoma

zdrava i brzo se priprema. Moji ukuani je baš vole u svim njenim varijetetima.