



## ГРЕЧЕСКИЙ САЛАТ

В преддверии новогодних праздников я приготовила для вас видео-памятки рецептов самых популярных салатов, в их классическом исполнении.

Первым вам покажу, наверное, самый простой и самый распространенный салат – Греческий.

Чего только не кладут в этот салат? В наших ресторанах можно встретить миллионы вариаций этого салата, и вполне вероятно, вы даже не в курсе какие ингредиенты в нем должны быть обязательно и вообще, откуда взялся этот салат!

На родине этот салат носит простое имя «деревенский» (хорьятики), за свои простые и доступные для любого греческого крестьянина ингредиенты. Лук, огурцы, помидоры, зеленый сладкий перец, сыр фета, маслины и оливковое масло – в Греции доступны каждому.

С 1825 года, помидоры начали принимать в пищу и перестали их воспринимать как декоративное растение, но кушали их как экзотические фрукты, целиком.

Так же кушали и сладкий синий лук, откусывая кусочки и заедая хлебом и сыром.

Чуть позже лук, помидоры, перец и огурцы начали нарезать. Существует легенда, что случилось это благодаря греческому эмигранту,

который вернулся погостить на родину и у которого разболелся зуб, и он не смог есть овощи целиком.

С тех пор эти ингредиенты составили самый популярный в Греции салат, который прославил греческие кулинарные традиции и занял почетное место в меню ресторанов всех уголков планеты.

## **Понадобится:**

Итак, еще раз повторим обязательные ингредиенты:

- помидоры среднего размера
- огурцы
- зеленый сладкий перец, нарезанный полукольцами или меньше
- синий лук
- крупные зеленые или черные оливки с косточкой
- каперсы
- сыр фета
- оливковое масло
- лимон
- сухой орегано и/или тимьян

## **Приготовление:**

Сложно найти вкусные помидоры зимой в супермаркетах

Украины, но если тебе удалось - порежь их на 6-8 частей. Чаще всего зимой у нас встречаются вкусные черри на ветке – такие помидоры разрежь пополам.

Огурцы лучше очистить от кожуры, можно частично. Режь достаточно крупно, немного под наклоном.

Зеленый перец очисти от сердцевины, разрежь на четыре части и на слайсы.

Лук разрежь пополам и на дольки.

Две-три столовые ложки оливкового масла смешай с соком половины лимона и добавь сухие травы.

Нарезанные овощи выкладывай на тарелку, слегка перемешай, посоли и полей оливковым маслом. Добавь оливки и каперсы. Оливки выбирай крупные, зеленые или черные с косточкой, хороший выбор вкусных оливок в магазине [HolovaNoga](#) .

И, конечно же, самое главное – это фета. Лучшую фету можно найти в Греции. Но если тебе не удалось смотаться туда за ней, можешь смело покупать «Парижскую Буренку» в магазине [HolovaNoga](#). Этот сыр как нельзя лучше подойдет для салата!

Извлеки фету из коробки, нарежь крупно и выложи поверх салата.

Полей еще немного оливковым маслом сыр и присыпь травами.

Перед подачей салат не перемешивай.

И обязательно ломтик свежего хлеба, чтобы вымокнуть ароматный салатный сок под конец!

Гастрономическая телепортация в солнечную Грецию гарантирована!

Частично на фото посуда из [Family Decor](#).

[www.sifood.com.ua](http://www.sifood.com.ua) - Греческий салат