



TYDZIEŃ
W STYLU

IBERYJSKIM

CHORIZO

Rodzaj kielbasy
starannie peklowanej
na sucho dla intensywnego
aromatu i znakomitego
lekko pikantnego smaku.
Możesz wykorzystać
ją do zup, sałatek
czy do kanapek.



Ponad **60** produktów
W STYLU IBERYJSKIM





TYDZIEŃ W STYLU IBERYJSKIM



CHORIZO

Jest starannie
peklowane na sucho
dla intensywnego aromatu
i znakomitego, lekko
pikantnego smaku.
Możesz wykorzystać je
do wielu dań, takich jak
zupy, sałatki, jajecznica,
czy po prostu jako tapas.



Wędliny w stylu iberyjskim JUŻ OD 4,99 zł



SUPERCENA

12,99

SOL&MAR
**Zestaw
hiszpańskich wędlin**
100 g/1 opak.



SUPERCENA

20,99

SOL&MAR
**Szynka wieprzowa
jamón serrano, krojona**
240 g/1 opak.
(8,75 zł/100 g)



SUPERCENA

8,99

SOL&MAR
Kiełbasa chorizo
200 g/1 opak.
łagodna lub pikantna
(4,50 zł/100 g)

SUPERCENA

4,99

SOL&MAR
**Kiełbasa chorizo
w plastrach**
100 g/1 opak.

SUPERCENA

8,99

SOL&MAR
Fuet
170 g/1 opak.
(5,29 zł/100 g)



✦ Rozsmakuj się w wędlinach w stylu iberyjskim ✦



SUPERCENA

10,99

SOL&MAR
Chorizo ekstra, plastry
2 x 100 g/1 opak.
(5,50 zł/100 g)



SUPERCENA

9,99

SOL&MAR
**Fuet iberyjski lub
salchichón ekstra, plastry**
150 g, 2 x 100 g/1 opak.
(6,66 zł, 5,00 zł/100 g)



SUPERCENA

11,99

SOL&MAR
Szynka hiszpańska
50 g, 70 g/1 opak.
duroc lub ibérico de cebo
(23,98 zł, 17,13 zł/100 g)



SUPERCENA

12,99

SOL&MAR
Chorizo z León
260 g/1 opak.
różne rodzaje
(49,96 zł/1 kg)

Szynka dojrzewająca przez 15 miesięcy.
Jędrna, lekko słodka z pleśniowym
posmakiem. Idealny dodatek
do tapas w stylu hiszpańskim.



JAMÓN

SUPERCENA

7,99

SOL&MAR
**Szynka jamón
serrano gran reserva**
70 g/1 opak.
(11,41 zł/100 g)



CHORIZO

**Przepis na gulasz z chorizo
z ciecierzycą znajdziesz
na kuchnialidla.pl**

Salatka śniadaniowa z chorizo



KINGA
PARUZEL



ŁATWY
POZIOM
TRUDNOŚCI



2
LICZBA
PORCJI



0:20
CZAS
PRZYGOTOWANIA



SKŁADNIKI:

- ◆ mix sałat – 4 garście
- ◆ chorizo – 100 g
- ◆ ziemniak – 4 szt.
- ◆ oliwki zielone – 0,5 szkl.
- ◆ manchego – 100 g
- ◆ cebula czerwona – 0,5 szt.
- ◆ ocet winny,
czerwony – 1 łyżka
- ◆ oliwa z oliwek – 3 łyżki
- ◆ jajko – 4 szt.
- ◆ sól – 1 szczypta
- ◆ pieprz czarny – 1 szczypta

PRZYGOTUJ WCZEŚNIEJ:

Ziemniaki (najlepiej sprawdzą się tu typu sałatkowego) ugotuj w lekko osolonej wodzie. Jajka ugotuj na półtwardo.

PRZYGOTUJ:

- ◆ patelnię z nieprzywierającą powłoką
- ◆ ręcznik papierowy
- ◆ miskę z zimną wodą

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:



KROK 1: PODSMAŻAMY CHORIZO

Kiełbasę chorizo kroimy w plastry i podsmażamy na suchej patelni. Kiedy zarumieni się z obu stron, przekładamy ją na ręcznik papierowy, aby odsączyć nadmiar tłuszczu.



KROK 2: PODSMAŻAMY ZIEMNIAKI

Ziemniaki przekrawamy na pół i podsmażamy na tłuszczu pozostałym ze smażenia chorizo.

KROK 3: PRZYGOTOWUJEMY POZOSTAŁE SKŁADNIKI

Cebulę kroimy w talarki i przekładamy do miski z zimną wodą, aby pozbawić ją ostrości, a następnie odcedzamy. Mix sałat przekładamy do dużej miski, skrapiamy octem i oliwą i dokładnie mieszamy. Jajka kroimy w ćwiartki, a ser manchego w słupki.

KROK 4: PODAJEMY SAŁATKĘ

Na sałacie układamy chorizo, ziemniaki, czerwoną cebulę, oliwki i jajka. Całość posypujemy serem manchego i opcjonalnie doprawiamy solą i pieprzem do smaku.



Oliwki w stylu hiszpańskim

JUŻ OD **3,99 zł**



TYDZIEŃ W STYLU IBERYJSKIM



Aż 996 ml

15,99

SOL&MAR
Oliwki olbrzymie z pestką
996 ml
(570 g po odsączeniu)/1 opak.
(28,05 zł/1 kg wg masy netto po odsączeniu)



SUPERCENA

8,99

SOL&MAR
Zestaw oliwek marynowanych
210 g/1 opak.
(4,28 zł/100 g)

SUPERCENA

7,99

SOL&MAR
Zielone oliwki w oleju
240 ml
(105 g po odsączeniu)/1 opak.
różne rodzaje
(7,61 zł/100 g wg masy netto po odsączeniu)



SUPERCENA

4,99

SOL&MAR
Zielone oliwki manzanilla z pastą z sardeli
425 ml
(170 g po odsączeniu)/1 opak.
(2,94 zł/100 g wg masy netto po odsączeniu)

SUPERCENA

3,99

SOL&MAR
Czarne oliwki bez pestki lub zielone oliwki faszerowane papryką
370 ml
(150 g po odsączeniu)/1 opak.
(2,66 zł/100 g wg masy netto po odsączeniu)



SUPERCENA

15,39

SOL&MAR/PILOS
Zestaw serów hiszpańskich
150 g/1 opak.
(10,26 zł/100 g)



18

R 39/23 Artykuły prezentowane w materiale reklamowym znajdują się w sprzedaży w okresie jego obowiązywania albo według dat podanych przy produktach lub do wyczerpania zapasów. Ceny artykułów bez dekoracji. Sprzedaż artykułów tylko w ilościach detalicznych. Znaki firmowe i towarowe należą do ich właścicieli.

✦ **SZYBKI OBIAD** w stylu **iberyjskim**



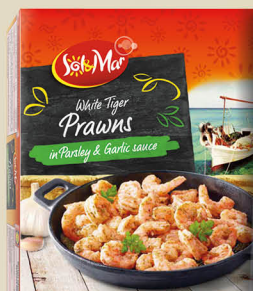
SUPERCENA

14,99

SOL&MAR
Kalamarnice w cieście
500 g/1 opak.
(29,98 zł/1 kg)



**PRODUKT
MROŻONY**



SUPERCENA

19,99

SOL&MAR
**Krewetki białe
surowe w sosie***
250 g/1 opak.
różne rodzaje
(8,00 zł/100 g)

**PRODUKT
MROŻONY**



**PRODUKT
MROŻONY**



NOWOŚĆ

9,99

SOL&MAR
**Miniempanady
z nadzieniem
pomidorowym
z tuńczykiem**
500 g/1 opak.
(19,98 zł/1 kg)

Aż 750 g

31,99



SOL&MAR
Tuńczyk w oleju
750 g
(648 g po odsączeniu)/1 opak.
(49,37 zł/1 kg wg masy
netto po odsączeniu)



SUPERCENA

14,99

SOL&MAR
Owoce morza
300 g
(270 g bez glazury)/1 opak.
różne rodzaje
(55,52 zł/1 kg wg masy
netto bez glazury)

Artykuły prezentowane w materiale reklamowym znajdują się w sprzedaży w okresie jego obowiązywania albo według dat podanych przy produktach lub do wyczerpania zapasów. Ceny artykułów bez dekoracji. Sprzedaż artykułów tylko w ilościach detalicznych. Znaki firmowe i towarowe należą do ich właścicieli.

R 39/23

19



* Produkt dostępny w wybranych sklepach. Sprawdź dostępność w czasie obowiązywania promocji.

Sałatka z owocami morza



ŚREDNI
POZIOM
TRUDNOŚCI



2
LICZBA
PORCJI



0:45
CZAS
PRZYGOTOWANIA



SKŁADNIKI:

- ◆ ocet balsamiczny - 2 łyżki
- ◆ cebula czerwona - 1 szt.
- ◆ pieprz czarny - 1 szczypta
- ◆ papryka czerwona - 1 szt.
- ◆ miód - 1 łyżeczka
- ◆ musztarda - 1 łyżeczka
- ◆ oliwa z oliwek - 5 łyżek
- ◆ papryka żółta - 1 szt.
- ◆ rukola - 125 g
- ◆ sól - 1 szczypta

- ◆ pomidor malinowy - 260 g
- ◆ owoce morza mix - 540 g
- ◆ ząbek czosnku - 3 szt.

PRZYGOTUJ:

- ◆ piekarnik rozgrzany do temperatury 240°C
- ◆ blachę piekarnikową

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:



KROK 1: PIECZEMY PAPRYKĘ

Paprykę oczyszczamy, kroimy na ćwiartki, pozbawiamy nasion i układamy skórą do góry na blasze wyłożonej folią aluminiową. Pieczemy w piekarniku z funkcją grilla w temperaturze 240°C przez ok. 7-10 minut, aż na skórce pojawią się czarne plamy. Wyjmujemy, przykrywamy wilgotnym ręcznikiem kuchennym i odstawiamy na 10 minut. Następnie paprykę obieramy ze skórki i kroimy na kawałki.

KROK 2: KROIMY WARZYWA

Cebulę kroimy w cienkie krążki. Pomidory oczyszczamy i kroimy w cienkie plasterki. Rukolę myjemy i osuszamy. Czosnek kroimy w plasterki.

KROK 3: ŁĄCZYMY SKŁADNIKI SAŁATKI

Mieszmą 4 łyżki oliwy, ocet, miód i musztardę, doprawiamy solą i pieprzem. Owoce morza płuczemy i osuszamy. Smażymy na pozostałej gorącej oliwie wraz z czosnkiem przez ok. 3 minuty – obracając, doprawiamy solą i pieprzem. Składniki sałatki mieszamy z dressingiem, na sałatce układamy owoce morza, podajemy natychmiast.





TYDZIEŃ W STYLU IBERYJSKIM



* Produkt dostępny w wybranych sklepach. Sprawdź dostępność w sklepie w czasie obowiązywania promocji.

Sięgnij po klasyki kuchni w stylu IBERYJSKIM



NOWOŚĆ

6,99

SOL&MAR
Czarna fasola gotowana
820 g
(520 g po odsączeniu)/1 opak.
(13,44 zł/1 kg wg masy netto po odsączeniu)



SUPERCENA

9,99

SOL&MAR
Czosnek w zalewie
285 g, 300 g
(180 g po odsączeniu)/1 opak.
różne rodzaje
(5,55 zł/100 g wg masy netto po odsączeniu)



SUPERCENA

5,99

SOL&MAR
Grillowana papryka piquillo, krojona
315 ml
(220 g po odsączeniu)/1 opak.
(2,72 zł/100 g wg masy netto po odsączeniu)



SUPERCENA

4,99

SOL&MAR
Sos piri-piri
195 ml/1 opak.
(2,56 zł/100 ml)



OLIWA HISZPAŃSKA

SUPERCENA

28,94

SOL&MAR
Oliwa z pierwszego tłoczenia*
750 ml/1 opak.
(38,59 zł/1 L)



OLIWA PORTUGALSKA

SUPERCENA

19,29

FONT OLIVA
Oliwa z pierwszego tłoczenia
500 ml/1 opak.
(38,58 zł/1 L)

SUPERCENA

29,99

CHAPARRO
Oliwa extra virgin Trás-os-Montes*
750 ml/1 opak.
(39,99 zł/1 L)



OLIWA HISZPAŃSKA



22

R 39/23 Artykuły prezentowane w materiale reklamowym znajdują się w sprzedaży w okresie jego obowiązywania albo według dat podanych przy produktach lub do wyczerpania zapasów. Ceny artykułów bez dekoracji. Sprzedaż artykułów tylko w ilościach detalicznych. Znaki firmowe i towarowe należą do ich właścicieli.

PRZEKĄSKI na HISPZAŃSKĄ FIESTĘ!



SUPERCENA

7,99

SOL & MAR
**Chipsy w stylu
hiszpańskim**
200 g/1 opak.
różne rodzaje
(4,00 zł/100 g)



SUPERCENA

2,99

SOL & MAR
Napój cytrynowy
330 ml/1 puszk.
(9,06 zł/1 L)



NOWOŚĆ

5,99

SOL & MAR
**Przekąska kukurydziana
lub mieszanka przekąsek**
100 g, 200 g/1 opak.
(5,99 zł, 3,00 zł/100 g)



SUPERCENA

3,99

SOL & MAR
**Jogurt kremowy w stylu
hiszpańskim**
135 g/1 opak.
różne rodzaje
(2,96 zł/100 g)



**PRODUKT
MROŻONY**

SUPERCENA

5,49

SOL & MAR
Grzanki pszenne
160 g/1 opak.
różne rodzaje
(3,43 zł/100 g)

NOWOŚĆ

9,99

SOL & MAR
Churros
500 g/1 opak.
(19,98 zł/1 kg)

CHURROS



PO WIĘCEJ INSPIRACJI
ZAJRZYJ NA



KUCHNIALIDLA.PL

