

Uniwersalne sosy do sałatek



Opis wskazówki

Nawet najlepsza sałatka, przyrządzona z ulubionych składników nie będzie smakowała tak jak powinna, gdy zabraknie w niej sosu.

To on podkreśla i wzmacnia smak wszystkich składników. Warto znać kilka prostych przepisów na uniwersalne sosy do sałatek, które możesz przygotować w ekspresowym tempie, a co najważniejsze ze składników dostępnych w każdej kuchni.

Vinegret

Chyba nie ma osoby, która nie zna tego sosu. Jest jednym z najbardziej uniwersalnych i najczęściej przyrządzanych sosów sałatkowych. Proste połączenie oliwy, octu, cytryny i przypraw doskonale podkreśla smak i aromat składników sałatki. O uniwersalności tego sosu decyduje również możliwość modyfikacji. Istnieje wiele odmian tego banalnie prostego, a zarazem pełnego smaku sosu. Możesz dodać do niego musztardę, miód, zioła, gorczycę, kolendrę czy koperek. Ciekawym pomysłem jest przygotowanie zielonego sosu vinegret. Intensywny kolor pochodzi najczęściej ze zmiksowanych liści bazylii lub rukoli.

Jogurtowo-cytrynowy

Lekki i orzeźwiający sos doskonały do letnich sałatek. Kwaśny smak cytryny świetnie komponuje się z jogurtem i liśćmi sałaty. Do sosu warto dodać również koperek lub szalwię, które dodatkowo wzbogacą smak sałatek. Wybierając jogurt do sosu wybierz półpłynny - lepiej otoczy składniki sałatki.

Miodowy sos do sałatek

Jesteś zwolennikiem słodkich smaków i nietypowych połączeń? Ten sos będzie idealny dla Ciebie. Jest też wyjątkowo prosty w przygotowaniu. Wystarczy dokładnie wymieszać miód z oliwą, zębkiem czosnku i szczyptą gałki muszkatołowej. Sos doskonale pasuje zarówno do sałatek z drobiem, jak i z owocami morza. Świetnie komponuje się również z grillowanymi warzywami.

Ocet balsamiczny

Opcja nie tylko dla miłośników kuchni włoskiej. Można pomyśleć, że polanie sałatki octem to pójście na łatwiznę. Jednak jego smak jest tak wyjątkowy, że nie potrzebuje dodatków. Ciekawą propozycją są aromatyzowane octy, np. z dodatkiem pomarańczy lub winogron. Taki sos można przygotować samodzielnie dodając do octu balsamicznego niewielką ilość oliwy oraz soku pomarańczowego lub puree malinowego. Wersja pomarańczowa będzie świetnym dodatkiem do sałatek z owocami morza, a malinowa do tych z drobiem lub nabiałem.