

## 7 sposobów na zagęszczenie sosu



# Opis wskazówki

Wskazówki jak zagęścić zbyt rzadki sos aby stał się pyszny, zawieszisty i aksamitny.

1. **ODPAROWYWANIE - REDUKOWANIE** - najprostsza wskazówka i sposób na zagęszczenie sosu zwłaszcza dla osób, które nie chcą dodawać dodatkowych kalorii swojej potrawie. Aby uzyskać w ten sposób sos należy odcedzony płyn, który powstał podczas smażenia lub pieczenia mięsa wlać do rondla i gotować do momentu aż większość wody odparuje i sos stanie się gęsty. W tym przypadku trzeba uważać aby mięso nie było zbyt mocno przyprawione ponieważ podczas redukcji (odparowywania wody) w sosie zostają najintensywniejsze aromaty, które jeśli są już intensywne podczas smażenia mogą okazać się aż nadto wyraziste w sosie (głównie mowa o soli).
2. **MASŁO** - sos można zagęścić przed dodanie masła, dodatek masła wprowadzi również maślany smak do potrawy stąd trzeba pomyśleć czy będzie pasował do sosu. Jeśli tworzymy bardziej orientalne smaki zwykłe masło możemy zastąpić np. masłem orzechowym.
3. **ZASMAŻKA** - najbardziej popularna metoda zgęszczania zup i sosów naszych babć i mam. Aby zagęścić sos zasmażką należy na patelni rozpuścić łyżkę masła następnie dodać łyżkę mąki pszennej i energicznie mieszając podsmażyć mąkę aż zrobi się rumiana i straci smak surowizny (uważać żeby nie przypalić!!) Tak zasmażoną mąkę podlewamy odrobiną płynnego sosu, mieszamy po czym wlewamy do sosu i zagotowujemy.
4. **SEREK TOPIONY/SER MASCARPONE** - te sery nie tylko sprawią, że sos stanie się gęsty ale również wzbogacą jego smak. Aby zagęścić sos serkiem topionym należy pokroić go na mniejsze kawałki, rozpuścić w odrobinie sosu i wlać do pozostałej części. Zagotować. Gdy mowa o serku mascarpone czynimy podobnie.
5. **ZAWIESINA z MĄKI** - aby zagęścić sos mąką należy do miseczki wsypać łyżkę mąki i zalać odrobiną sosu. Całość wymieszać aby nie było grudek i mały strumieniem wlewać do sosu stale mieszając.
6. **MIKSOWANIE SKŁADNIKÓW** - jeśli sos jest np. warzywny lub przygotowujemy sos z dodatkiem suszonych owoców wystarczy, że zmiksujemy go na gładką masę warzywa lub owoce wspaniale zagęszczają sos bez dodatkowych kalorii.
7. **MĄKA ZIEMNIACZANA** - sposób do zagęszczania sosów kuchni azjatyckiej. Podczas zagęszczania sosu mąką ziemniaczaną trzeba być ostrożnym aby nie dodać jej za dużo bo wyjdzie wtedy kisiel. Aby zagęścić 500ml sosu wystarczy 1 mała łyżeczka mąki ziemniaczanej rozprowadzona w odrobinie zimnej wody.