

Sosy do mięs podawanych na zimno

Stanowią niezbędne uzupełnienie wielu potraw, uatrakcyjnają ich wartość odżywczą, smakową i wizualną. Nie są daniem samodzielnym, lecz akompaniującym.

Świat sosów jest bogaty i urozmaicony. Nawet, jeśli nie mamy dostatecznej wprawy, warto spróbować i przekonać się, że przygotowanie większości sosów nie jest trudne, nie wymaga wiele czasu, daje za to sporo korzyści. Pikantne sosy zimne podajemy wyłącznie do zimnych zakąsek, do zimnych mięs gotowanych lub pieczonych, wędlin, a także do pasztetów.

Duszony schab z sosem z tuńczyka

Składniki: 90 dag schabu bez kości, cebula, 25 dag tuńczyka w sosie własnym, 50 dag filetów anchois, ½ szklanki bulionu (może być z kostki), kieliszek białego wytrawnego wina, sok z ½ cytryny, 2 łyżki oliwy z oliwek, sól, świeżo mielony pieprz, tymianek, szklanka gęstego, pikantnego majonezu, zielenina

- Mięso myjemy, osuszamy, nacieramy solą, świeżo mielonym pieprzem i tymiankiem, odstawiamy na pół godziny do lodówki.
- Na rozgrzanej oliwie smażymy drobno posiekaną cebulę. Gdy się zeszkli, wyjmujemy ją i na tym samym tłuszczu rumienimy mięso ze wszystkich stron. Dodajemy tuńczyka, anchois, sok z cytryny, dolewamy bulion i wino.
- Całość dusimy pod przykryciem około 80-90 minut. Pod koniec dodajemy wcześniej zeszkloną cebulę, gdy trzeba, poprawiamy solą i pieprzem. Mięso układamy na talerz.
- Powstały sos przecieramy przez sito lub miksujemy, dodajemy majonez, rozcieramy, aż będzie jednolity, gładki, lekko puszysty. Dobrze wystudzone mięso kroimy w cienkie plastry.
- Na półmisku rozsmarowujemy warstwę sosu, układamy warstwę mięsa, smarujemy sosem i układamy kolejną warstwę mięsa, aż do wyczerpania składników. Wierzchnią warstwę powinien stanowić sos. Półmisek owijamy w folię aluminiową i wstawiamy na chwilę do lodówki.

Przed podaniem przybieramy zieleniną.



Inne wersje sosów

Sos majonezowy z jabłkami

Składniki: ½ szklanki majonezu, ½ szklanki musu z jabłek, 4 łyżki startego chrzanu, 2 łyżki śmietany, sól, cukier, sok z cytryny

- Majonez mieszamy z musem jabłkowym i chrzanem. Dodajemy śmietanę, mieszamy, aż otrzymamy jednolity sos. Doprawiamy do smaku solą, cukrem, sokiem z cytryny.

Podajemy do zimnych mięs pieczonych.

Sos majonezowy z żurawinami lub borówkami

Składniki: ½ szklanki majonezu, ½ szklanki żurawiny lub borówek do mięsa, 2 łyżki startego chrzanu, sól, cukier, sok z cytryny

- Majonez mieszamy z żurawiną lub borówkami i chrzanem. Doprawiamy do smaku solą, cukrem i sokiem z cytryny (powinien być dość gęsty o wyrazistym, ostrym smaku).

Nadaje się do bardzo wykwintnych przekąsek.

Sos twarogowy z chrzanem

Składniki: opakowanie tłustego twarożku homogenizowanego, czubata łyżka świeżo startego chrzanu, ¼ szklanki gęstej śmietany, sól i sok z cytryny do smaku

- Wszystkie składniki łączymy, całość dokładnie mieszamy i poprawiamy do smaku.

Podajemy do szynki i tzw. sztuki mięsa.

Sos musztardowo-chrzanowy

Składniki: ½ szklanki ostrej musztardy, łyżka świeżo startego chrzanu, łyżka płynnego miodu (najlepiej gryczanego)

- Wszystkie składniki łączymy, całość dokładnie mieszamy.

Sos wspaniale smakuje do białej kiełbasy.

Romana Chojnacka
Studium Wiejskiego Gospodarstwa Domowego
Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu