



**Ania Gotuje**  
Tylko najlepsze przepisy

## Sos Chipotle

Czas przygotowania: 10 minut

Liczba porcji: 290 g sosu


W 10 g sosu:

Wartość energetyczna ..... 35 kcal

Dieta: wegetariańska

### Składniki

- 150 g jogurtu greckiego - można dać też gęsty skyr
- 100 g ulubionego majonezu
- 2 łyżki papryki Chipotle w sosie adobo
- 1 duży ząbek czosnku - około 7 g
- 1 łyżka miodu lub syropu klonowego
- 1 łyżka świeżo wyciśniętego soku z limonki
- 1 łyżka dobrej jakości oliwy
- po sporej szczypie soli i pieprzu

 Ukryj zdjęcia

## Sos Chipotle

### ✓ Krok 1: Przygotuj składniki

W jednym naczyniu umieść wszystkie składniki sosu: 150 gramów jogurtu greckiego lub innego, gęstego i kremowego jogurtu; 100 gramów ulubionego, dobrej jakości majonezu; 2 łyżki papryki Chipotle w sosie adobo; obrany i przepuszczony przez praskę spory ząbek czosnku; po łyżce płynnego miodu lub syropu klonowego, oliwy i soku z limonki; po sporej szczypie soli i świeżo mielonego pieprzu.

*Porada:* Papryczki Chipotle to suszone i wędzone papryczki jalapeno, które zazwyczaj gotowane są w aromatycznym sosie pomidorowym z octem, cebulą i cukrem, czyli w sosie adobo. Charakteryzują się głębokim, dymnym smakiem i wyważoną ostrością. Kupuję je w małych puszkach przez Internet. Szukajcie ich pod hasłem: Papryczki Chipotle w sosie adobo. Jak je zastąpić? Nie robiłam tego, ale w ostateczności można też użyć papryczek chili (najlepiej jalapeno ze słoika) z dodatkiem wędzonej papryki w proszku.



## ▼ Krok 2: Zmiksuj na gładko

Wszystkie składniki sosu zmiksuj na gładko w kielichu blendera lub też blenderem ręcznym typu żyrafa. Po zmiksowaniu sprawdź smak sosu i w razie potrzeby dodaj więcej wybranego składnika.

Oto kilka pomysłów, do czego możesz użyć tego sosu:

- Kanapki i wrapy i burgery.
- Grillowane mięsa i warzywa.
- Dressing do sałatek i surówek.
- Dip do warzyw, nachos, frytek.
- Sos do pizzy lub pity.

Smacznego.

**Dziękuję za wspólne gotowanie.**

Będzie mi miło jeżeli dodasz komentarz ze zdjęciem. Ania

