



Ania Gotuje
Tylko najlepsze przepisy

Sos Aioli

Czas przygotowania: 10 minut

Liczba porcji: 200 g sosu z majonezem

W 10 g sosu:

Wartość energetyczna 50 kcal


Dieta: bezglutenowa, wegetariańska

Składniki na sos Aioli tradycyjny

- 1 szklanka wysokiej jakości oliwy z oliwek - około 240 ml
- 6 ząbki czosnku - około 30 g
- spora szczypta soli - do połowy płaskiej łyżeczki
- ewentualnie: żółtko jajka i sok z cytryny

Składniki na sos Aioli z majonezem

- 150 g ulubionego majonezu - około pół szklanki
- 3 łyżki świeżo wyciśniętego soku z cytryny
- 6 ząbków czosnku - około 30 g
- 1 łyżka wysokiej jakości oliwy z oliwek
- szczypta soli i pieprzu

 Ukryj zdjęcia

Sos Aioli

✓ Krok 1: Połącz czosnek z sokiem z cytryny

Podaję przepis na wersję z majonezem:

Sześć ząbków czosnku obierz i przeciśnij przez praskę lub zetrzyj na tarce z najmniejszymi oczkami (ewentualnie użyj moździerza). Do czosnku wlej trzy łyżki świeżo wyciśniętego soku z cytryny.

Zamieszaj całość i ostaw na bok, na około 20 minut.



▼ Krok 2: Dodaj majonez i oliwę

W większej misce umieść 150 gramów ulubionego, wysokiej jakości majonezu (może być domowy majonez). Używając metalowego, drobnego sitka lub też ściereczki muslinowej, odcisnij sam sok z mieszanki czosnku i soku z cytryny. Postaraj się bardzo dobrze odcisnąć cały sok, by zostawić tylko suche resztki po czosnku, których nie dajemy do sosu. Do miski wlej też łyżkę oliwy i dodaj po szczypcie soli i pieprzu. Całość wymieszaj dokładnie i sprawdź smak sosu. W razie potrzeby dodaj np. więcej soli.

Porada: Czosnku, który Ci został po odcisnięciu nie wyrzucaj. Sprawdzi się np. jako dodatek do gulaszu. Możesz też zalać go ciepłą wodą i dodać miód. Powstanie zdrowy napój na odporność.

▼ Krok 3: Podawaj do frytek

Sos Aioli jest bardzo uniwersalny i może towarzyszyć wielu różnym potrawom. U mnie były to domowe frytki z batatów i zwykłych ziemniaków. Będzie świetny jako dodatek do: grillowanych warzyw oraz kurczaka lub cielęciny; chrupiącego pieczywa i kanapek w stylu burgerów; smażonych ryb i owoców morza; surowych warzyw, w stylu przystawki warzywnej; sałatek; tapas.

Sos Aioli należy przechowywać w szczelnie zamkniętym pojemniku, w lodówce i wykorzystać go w ciągu 2-3 dni od przygotowania. Ważne jest, aby nie pozostawiać sosu w temperaturze pokojowej na dłużej niż dwie godziny, szczególnie w ciepłych warunkach. Przed ponownym użyciem polecam dobrze wymieszać sos, ponieważ składniki mogą się rozwarstwić.

Podaję przepis na sos Aioli tradycyjny:

Zacznij od utarcia obranych ząbków czosnku razem z solą - najlepiej w moździerzu. Ucieraj całość, aż powstanie gładka pasta. Aby uzyskać podobny efekt można także użyć blendera lub tarki. Jeżeli dodajesz żółtko, to dodajesz je wtedy, gdy masz już utartą pastę z czosnku i soli. Dołóż je do pasty i dokładnie wymieszaj. Powoli, stopniowo dodawaj oliwę z oliwek, cały czas energicznie mieszając. Jeśli używasz miksera, należy to robić na niskiej prędkości. Kluczowe jest, by oliwa była dodawana naprawdę powoli, co umożliwi utworzenie emulsji. Gdy sos zgęstnieje i zyska konsystencję majonezu, można dodać kilka kropel soku z cytryny (polecam dodać), by nadać mu lekko kwaśny akcent. Zamiast miksera bardzo dobrze sprawdza się blender ręczny.

Którą wersję wolisz?
Smacznego!



Dziękuję za wspólne gotowanie.

Będzie mi miło jeżeli dodasz komentarz ze zdjęciem. Ania

