



Dressing cu muștar și oțet balsamic

Dificultate ușor

Timp de preparare 10 min.

Timp total 10 min.

Mărime porție 1 Rețetă completă

Ingrediente

- 240 g ulei de măsline extravirgin
- 50 g muștar cu boabe întregi
- 50 g oțet balsamic
- 2 lingurițe zahăr (opțional)
- 2 linguri ierburi aromate uscate, în amestec (ex. busuioc, oregano, cimbru, rozmarin)
- 1 linguriță sare
- ¼ linguriță piper negru proaspăt măcinat

Valori nutritive per 1 Rețetă completă

Calorii 9420 kJ / 2249 kcal

Proteine 4 g

Carbohidrați 15 g

Grăsimi 245 g

Fibre 0.9 g

Preparare

1. Puneți o cană cu cioc pe capacul bolului și cântăriți în aceasta uleiul de măsline extravirgin, apoi dați deoparte.
2. Puneți în bol muștarul cu boabe întregi, oțetul balsamic, zahărul, sarea și piperul negru și mixați **30 sec./viteza 4**.

3. Mixați **3 min./viteza 4** timp în care turnați încet uleiul de măsline pe capac, astfel încât să curgă în bol, în fir subțire, pe lângă paharul de măsurare, pe cuțitul în rotație, pentru a face o emulsie. Serviți sosul sau transferați-l într-un borcan închis ermetic și păstrați-l în frigider.

Obiecte utile

cană cu cioc, frigider, borcan închis ermetic

Recomandări & Sfaturi utile

- - Serviți acest dressing pe salata verde sau salate asortate de legume și fructe.
- - Acest dressing se poate păstra câteva săptămâni în frigider.
- - Creați propriul dressing folosind această rețetă ca bază. Încercați diferite tipuri de ulei sau oțet și adăugați condimente și arome după preferință.