

HÜVA NÕU

Kastmed ja salatid

● Kui lisate kastmesse värskaid või konserveeritud tomateid, siis pange ka veidi suhkrut.

● Oivalise kastme puuviljasalatile saate, kui segate õunaäädikat oliiviõli ning vähesese suhkruga.

● Terava äädika asemel kasutage salatikastmes toormahlu koos rafineerimata õliga. Mahlad on rasvu lagundavate fermentide peamine allikas.

● Kõrbenud maitse kaob, kui hakite sibula hästi peeneks, asetate sõelale ja valate kastme üle sibula teise nõusse.

● Selleks et jahusousti sisse ei jääks tükke, lahustage vees veidi soola, alles siis segage hulka jahu.

● Kui lisate hapukoorele natuke piima, ei tõmbu see kastme valmistamisel kokku.

● Maitseained lisage soojale kastmele 10 minutit enne selle valmimist. Jahvatatud pune ja must pipar aga pange juba valmis toidule.

● Liiga kaua kastet keetes nõrgeneb maitseainete aroom, aga nende mõrkjas maitse tugevneb.

● Paprikaseemneid ärge visake pärast kauna puhastamist ära, vaid kuivatage need. Neid saate kasutada aasta ringi marinaadi, supi, kastme või mõne muu roa maitsestamiseks.

● Majoneesi võite asendada hapukoorega, kui lisate sellele katkihõõrutud keedetud munakollast, veiniäädikat, suhkrut ja sinepit.

● Majoneesi maitset saate parandada, kui hoiate selles natuke aega enne tarvitamist sidrunikoort.



REPRO

● Peenemat sorti praekastmele lisage veidi kookoshelbeid, mis annavad toidule erilisel ahvatleva maitse.

● Kui kaste tundub liiga soolane, tilgutage sellesse veidi apelsinimahla.

● Sojakastmetega võite maitsestada nii külmi kui kuumi roogasid. Kuna need kastmed on küllalt vürtsikad ja soolased, ärge soola lisage. Üldse olge nendega ettevaatlik, et toitu mitte rikkuda.

● Hiina sojakastet on heledat ja tumedat värvi. Tumedam kaste on kauem laagerdunud ning maitsetult heledast mahedam.

● Salatikastme valmistamisel segage sinep alati kõigepealt äädikaga ning õli lisage alles pärast seda, vastasel juhul tõmbub see kiiresti kokku.

● Rõikasalat on maitavam, kui lisate õrnalt õlis praetud sibulat.

● Hapukapsasalatisse sobib ka kergelt praetud sibul.

● Vinegretis kasutatav peet segage enne eraldi õliga, siis ei värvu teised komponendid punaseks.

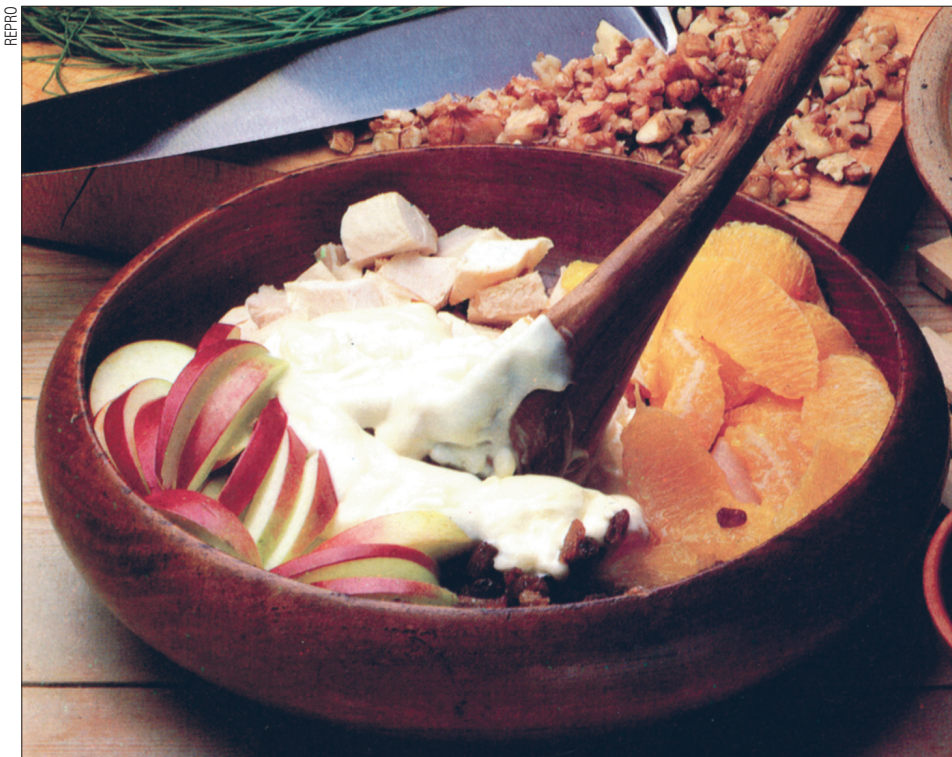
● Salati jaoks ärge peete keetke, vaid küpsetage – siis on maitse parem.

● Salatisse sobivad paremini sarapuu-, india, pistaatsia- ja pekaanipähkel.

● Tilk sidrunimahla või äädikat säilitab salatis C-vitamiini, kui lisate seda valmistamise käigus või kohe pärast salati valmimist.

● Kui lisate salatile aluses soola, siis eraldub aedviljadest palju mahla.

● Taimeõliga maitsestage salatit alles pärast seda, kui olete lisanud soola, äädikat ja pipart.



REPRO