H. SADOWSKA

Sosy

w naszej kuchni

bk

Wiadomości ogólne

ZNACZENIE SOSÓW W NASZEJ KUCHNI

Odżywianie jest najważniejszą potrzebą, warunkiem życia człowieka. Ogólnie też znaną jest rzeczą, że dobrobyt kraju w głównej mierze wpływa na racjonalne, pełnowartościowe odżywianie ludności. Należy jednak przy tym wiedzieć i pamiętać, że każda potrawa, nawet najskromniejsza, może — i powinna — być tak przyrządzona i podana, aby nie tylko była pożywna, ale i smaczna, aby swoim widokiem i zapachem budziła apetyt.

Jak stwierdzono doświadczalnie, apetyt, czyli chęć zjedzenia jakiejś potrawy, występuje w konsekwencji działania na system nerwowy człowieka barwy, zapachu i smaku pożywienia. Oddziaływanie tych bodźców na układ nerwowy powoduje wydzielanie soku żołądkowego, czynnika o wysokiej sile trawiącej, co przyczynia się z kolei do lepszego strawienia i przyswojenia spożytego pokarmu.

Tak więc każdy posiłek spożyty z apetytem jest lepiej strawiony i przyswojony przez organizm. Spożycie potrawy powinno sprawiać przyjemność. Aby tak było, ta sama potrawa nie może pojawiać się na stole codziennie w niezmie-

nionej postaci, gdyż będzie wręcz wywoływać niechęć do jej spożycia.

Urozmaicenie pożywienia, jak widać z tego, jest koniecznym warunkiem powstania apetytu, a dalej prawidłowego trawienia i dobrego przyswojenia pokarmów. Fizjolog radziecki, Pawłow, tak pisze o tych zjawiskach: „duże znaczenie należy przypisać silnemu pragnieniu jedzenia... Bez tego silnego pragnienia jadła, bez apetytu, wiele pokarmów, które dostały się do żołądka, pozostaje tam długo, nie powodując wydzielania soku żołądkowego".

Odpowiednie zestawienie barw posiłków ma też duży wpływ na pobudzenie apetytu. Stwierdzono zresztą, że barwność potraw jest związana ściśle z odpowiednio pełnym doborem ich składników odżywczych. Potrawa z przewagą produktów mącznych (kasze, kluski) lub mięsnych bez dodatku warzyw i owoców posiada barwę szarą, niepociągającą. Ta sama potrawa z kaszy czy gotowanego ciasta polana sosem pomidorowym lub szczawiowym nabiera żywego, apetycznego wyglądu, wywołuje chęć jedzenia, wzbogacając jednocześnie potrawę w sole mineralne i witaminy.

Drugim, niemniej ważnym czynnikiem, wpływającym na apetyt człowieka, jest zapach potrawy. Bodziec ten — działający podobnie jak wygląd (barwa) potrawy, na odległość — powoduje silne wydzielanie soków trawiennych żołądka, jeśli potrawa ma przyjemny, apetyczny zapach, lub hamuje wydzielanie ich, jeśli zapach potrawy jest nieprzyjemny lub nieswoisty (np. zapach zepsutego mięsa, stęchlizny itp.). I tu, jak poprzednio, czynnikiem mogącym nadać potrawie odpowiedni zapach są wszelkiego rodzaju sosy, w skład których wchodzi cały asortyment substancji zapachowych (goździki, cynamon, zioła, owoce itp.). Sosy mogą przeistoczyć potrawy mdłe, bez zapachu, w dania aromatyczne (np. ryż w sosie waniliowym, potrawka z kury z sosem cytrynowym itp.).

Smak potrawy działa na apetyt już nie na odległość, jak barwa i zapach, ale przez bezpośrednie drażnienie nerwów w jamie ustnej. Ogólnie wiadomo, że potrawy jednostronne,

np. mączne o mdłym smaku (wszelkie kasze, kluski, placki), są niechętnie spożywane i uważane za niesmaczne. I tu także pomagają umiejętnie zastosowane sosy, np. kasza ze słoniną, a w przeciwieństwie do tego kasza z sosem pomidorowym, grzybowym itd. Również wszelkie zapiekanki mączne z sosem grzybowym, cebulowym lub cytrynowym są daniami smacznymi, cieszącymi się uznaniem i zasługują na propagowanie ich. Mięsa i ryby o mdłym smaku z dodatkiem sosu chrzanowego lub tatarskiego nabierają ostrego, pobudzającego apetyt smaku.

Poza apetycznym wyglądem, zapachem i smakiem, potrawy przez nas spożywane muszą mieć pełną wartość odżywczą, tzn. dostarczać powinny naszemu organizmowi wszystkie niezbędne do życia składniki: węglowodany, tłuszcze, białka, sole mineralne i witaminy. W osiągnięciu tego w znacznym stopniu pomóc nam może stosowanie sosów, które w zależności od swego składu uzupełniać mogą podawane potrawy w brakujące składniki odżywcze. I tak, dodanie mlecznych sosów do potraw z jarzyn (marchwi, kalafiorów, szparagów itp.) wzbogaca te ostatnie w białko, podnosi ich kaloryczność. Przez dodatek sosów maślano-jajecznych i majonezowych, surówki, gotowane kalafiory lub kapustę włoską zamieniamy w potrawy wysokokaloryczne. Natomiast potrawy mięsne o dużej zawartości białka i tłuszczu, ubogie zaś w inne składniki, wzbogacamy np. w witaminy przez dodatek sosów owocowych (cytrynowy) lub jarzynowych (selerowy, koperkowy, szczypiorkowy). Potrawy mączne i ziemniaki ubogie w białko, witaminy i sole mineralne, wzbogacić możemy w te składniki podając je z sosem mlecznym, owocowym, jarzynowym, mięsnym.

Sosy ułatwiają poza tym w znacznym stopniu przełykanie sypkich potraw mącznych oraz zwiększają przyswajalność spożytych pokarmów. Do tego wszystkiego należy dodać, że w wielu przypadkach sosy umożliwiają nam oszczędniejsze sporządzenie potraw bez zmniejszenia ich wartości odżywczych i smakowych.

Z tego krótkiego przeglądu widać, jak bardzo potrzebne są sosy w naszym codziennym jadłospisie.

Nie bez słuszności Rosjanie nazywają sosy „bogatitielami" żywności, a Francuzi mówią o sosach „poesie d'aliment" (poezja żywności) i do każdego niemal dania podają sos. W ten sposób ta sama potrawa zmienia się, staje się nowa. Szczupak podany na przemian z sosem: chrzanowym, rakowym, ostrygowym, pomidorowym lub korniszonowym, będzie się różnił zasadniczo smakiem, zapachem i wyglądem. Sos jest więc czynnikiem urozmaicającym pożywienie.

Każdy Francuz, jako smakosz wie, że odpowiedni sos każdą potrawę uszlachetnia, nadaje jej wysokie walory smakowe i wykwintny wygląd. Toteż ilość sosów stosowanych w kuchni francuskiej jest olbrzymia i od niej uczyć się możemy zastosowania ich w kuchni polskiej.

OGÓLNE ZASADY PRZYGOTOWYWANIA SOSÓW ORAZ SUROWCE DO NICH UŻYWANE

Wybór sosów jest bardzo bogaty; do przygotowywania ich używa się olbrzymiej ilości najrozmaitszych surowców.

W zależności od produktów, które stanowią podstawę przygotowywanych sosów, rozróżniamy sosy bulionowe (mięsne, rybne, jarzynowe), sosy owocowe, mięsne, śmietanowe, mleczne oraz jajeczno-maślane. Natomiast w zależności od sposobu podawania sosów, dzielimy je na gorące i zimne. Osobną grupę stanowią sosy słodkie, podawane do legumin, budyniów, zapiekanek, kasz, dań mącznych, owocowych itp.

Na bulionie mięsnym przygotowuje się sosy białe i brunatne. Sosy białe przygotowuje się z bulionu mięsnego lub rybnego z białą zasmażką, sporządzoną z mąki lekko przysmażonej z tłuszczem, ale nie zrumienionej.

Sosy brunatne przygotowuje się z mięsnego bulionu brunatnego z zasmażką złotą, przyrządzoną z mąki pszennej zrumienionej na złoty kolor i przysmażonej z tłuszczem.

Buliony są podstawowym lub dodatkowym składnikiem wielu sosów, w dużym stopniu wpływającym na jakość i smak sosów, dlatego też należy zwrócić uwagę na sposób ich przyrządzania. W celu ułatwienia pracy można przyrządzić bulion nieco zagęszczony (mocniej wygotowany), który w odpowiednio niskiej temperaturze (6—8°) może być przechowywany kilka dni i dodawany do sosów w miarę potrzeby. Zamiast bulionu mięsnego można dodawać również kostki bulionowe „Maggi" rozpuszczone w wodzie.

Należy zwrócić szczególną uwagę na sposób przygotowywania bulionu brunatnego, który polega przede wszystkim na odpowiednim rumienieniu kości.

W czasie rumienienia kości, pod wpływem wysokiej temperatury, zachodzi w nich rozpad związków białkowych, w rezultacie czego tworzą się substancje nadające bulionowi smak i zapach charakterystyczny dla mięsa duszonego.

Jakość bulionu brunatnego w głównej mierze zależy od sposobu rumienienia kości. Najlepiej rumienić kości w piecu w brytfannie, w temperaturze takiej, w jakiej piecze się mięso, w czasie około 1—2 godzin. Przy rumienieniu kości nie należy dodawać tłuszczu, przeciwnie tłuszcz, który wydziela się z kości należy usuwać.

Nie wolno także dopuścić do zwęglenia kości i palenia się tłuszczu, ponieważ powstające przy tym produkty obniżają znacznie wartość bulionu, a niekiedy mogą nawet powodować całkowitą jego nieprzydatność do spożycia.

Do rumieniących się kości należy dodać pietruszkę, marchew i cebulę. Znajdujący się w tych jarzynach cukier ulega karmelizacji, zwiększając intensywność zabarwienia bulionu, jak również podnosząc jego smak i zapach.

Drugim podstawowym produktem wielu sosów jest mąka, która nie tylko nadaje sosom odpowiednią konsystencję, ale także bardzo wyraźnie wpływa na ich jakość i wartość. Mąka rozklejona z płynem lub przysmażona z tłuszczem nabiera śliskości, dzięki czemu ułatwia połykanie sypkich potraw. Nie

wszystkie gospodynie domu zwracają jednak dość uwagi na właściwy sposób przygotowywania i dodawania mąki do sosów.

Niektóre gospodynie dodają do sosów mąkę surową, bez uprzedniego jej prażenia czy rumienienia. Należy tego unikać; tylko do niewielkiej grupy sosów dodaje się w ten sposób mąkę. Mąka surowa obniża wartość sosów, powodując ich nieprzyjemny smak, zapach i konsystencję.

Pod wpływem wysokiej temperatury pieczenia, w znajdujących się w mące substancjach zachodzą zmiany chemiczne, dzięki którym nabiera ona przyjemnego smaku i zapachu. Mąka przyrumieniona traci poza tym swoje ciągliwe właściwości oraz staje się łatwiej strawna dzięki chemicznej przemianie skrobi (głównego składnika mąki) na związki prostsze, łatwo rozpuszczalne w wodzie.

W zależności od tego czy mąka ma być użyta do sosu białego, czy też brunatnego — można ją prażyć bez zrumienienia zachowując jej kremową barwę (sosy białe) lub nadać jej barwę od lekko złotej do brunatnej. Zjawisko rumienienia zachodzi w mące dzięki karmelizacji zawartych w niej cukrów.

Mąkę należy rumienić samą, bez tłuszczu, gdyż długie smażenie tłuszczu z mąką powoduje tworzenie się ciężko strawnych produktów, szczególnie szkodliwych dla ludzi o wszelkiego rodzaju schorzeniach przewodu pokarmowego. Przy prażeniu niewielkiej ilości mąki, należy wsypać ją na patelnię warstwą o grubości około 1—2 mm i podgrzewać na niewielkim ogniu, mieszając nieustannie, aby nie uległa spaleniu. Podgrzewanie należy prowadzić tak długo, aż mąka nabierze odpowiedniej intensywności zabarwienia (intensywność zabarwienia mąki zależy od rodzaju sosu do jakiego chcemy ją użyć).

Większe ilości mąki należy prażyć w piekarniku w temperaturze od 160 do 180° C.

Ażeby wykonać zasmażkę z mąki i masła, należy masło rozpuścić na patelni (ale nie smażyć), wsypać mąkę uprażoną uprzednio na sucho, wymieszać razem i zestawić z ognia. Tylko w ten sposób wykonana zasmażka jest pełnowartościowym, nieszkodliwym dla zdrowia produktem.

Przy rozprowadzaniu zasmażki sosem należy zachować szczególną ostrożność, aby nie utworzyły się grudki. Należy więc zasmażkę rozprowadzić niewielką ilością zimnej wody lub bulionu, dobrze wymieszać i połączyć z sosem.

Pewną grupę sosów (mleczne, śmietanowe), zaprawia się żółtkami, które nadają sosom odpowiednią konsystencję oraz podnoszą ich wartość smakową i odżywczą. Zaprawianie musi być jednak przeprowadzane w taki sposób, aby żółtka nie uległy zwarzeniu, co spowodowałoby pogorszenie wyglądu i smaku sosu.

W celu podprawienia sosu żółtkami, należy żółtka po dokładnym oddzieleniu od białek rozbić dobrze w kubeczku, rozprowadzić ostrożnie niewielką ilością gorącego sosu, połączyć z pozostałą częścią sosu, następnie sos dobrze ogrzać na ogniu mieszając, ale nie zagotować. Zagotowanie żółtek w kwaśnym sosie może spowodować ich zwarzenie.

Podstawowym surowcem do produkcji sosów owocowych i jarzynowych są marmolady, powidła i dżemy lub surowe jarzyny i owoce. Te ostatnie po odpowiednim ugotowaniu, powinny być dokładnie przetarte przez sito. Przecierając jarzyny i owoce, rozprowadza się je smakiem, w którym się gotowały, aż cały miąższ przejdzie do przecieru, a na sicie pozostanie tylko włóknik roślinny, który jako produkt niestrawny odrzuca się.

Poza wyżej wymienionymi, najczęściej używanymi surowcami do produkcji sosów, dodaje się do nich również szereg surowców pomocniczych, jak korzenie i przyprawy, które nadają sosom właściwy, specyficzny smak i zapach.

Dodawane do sosów przyprawy i korzenie są to przeważnie produkty pochodzenia roślinnego, które w większości przypadków żadnej wartości odżywczej nie posiadają. Do przyprawiania sosów używa się różnych części roślin, jak owoce (pieprz), liście (liść laurowy), kora (cynamon), kwiaty (goździki) itd. Na ogół przyprawy i korzenie odznaczają się silnym, specyficznym zapachem lub ostrym, często gorzkim smakiem.

Niektóre przyprawy, poza poprawieniem smaku i zapachu

sosów, wzbogacają je również w witaminy i sole mineralne, np. koper, zielona pietruszka, czosnek itp. W skład takich przypraw, jak cebula i czosnek wchodzą poza tym fitoncydy. Są to ciała o działaniu bakteriobójczym, które hamują w znacznym stopniu wzrost drobnoustrojów w sosach, do których są dodane, a tym samym przedłużają czas ich przechowywania i zapobiegają w pewnym stopniu ich psuciu.

Należy bezwzględnie unikać dodawania do sosów, jak i wszystkich innych produktów żywnościowych, wszelkich sztucznych środków zapachowych i barwników. Trzeba pamiętać, że wszystkie sztuczne barwniki, jak i sztuczne środki zapachowe (olejki, esencje), nie są obojętne dla organizmu człowieka, lecz są raczej szkodliwe. Każda gospodyni, dbająca o zdrowie swych domowników, powinna wykluczyć ze swej kuchni wszelkie cukry wanilinowe, migdałowe, pomarańczowe przygotowane z syntetycznych substancji zapachowych, jak również wykreślić z receptury potraw wszystkie barwniki nienaturalne: zielone, żółte, czerwone itp.

Substancje te można, i trzeba, zastąpić naturalnymi przyprawami zapachowymi (wanilia, skórka pomarańczowa, cytrynowa itp.) oraz naturalnymi barwnikami takich roślin, jak szpinak, żurawiny, papryka i inne, wykonując z nich odpowiednie esencje barwne, których przepis zostanie podany dalej.

Do przyprawiania sosów używa się także masła z różnymi dodatkami (masło z gorczycą, masło zielone, rakowe, czosnkowe, kawiorowe itp.). Masła te nie tylko podnoszą wartość smakową i zapachową sosów, ale także ich wartość kaloryczną i odżywczą.

W celu poprawienia smaku sosów oraz nadania im ostrości, dodaje się do nich także wina białe i czerwone, jak również cytrynę, kwasek cytrynowy lub ocet. Należy pamiętać, że ocet jest szkodliwy dla zdrowia, szczególnie dla dzieci i ludzi ze schorzeniem przewodu pokarmowego (nadkwasota, owrzodzenie, schorzenie wątroby). Dlatego też trzeba unikać dodawania go do potraw, ewentualnie używać octu owocowego (przepisy domowe na octy podajemy dalej).

Aby sosy były delikatniejsze, o jednorodnej konsystencji, należy je po całkowitym wykończeniu przetrzeć przez sito, czasem nawet kilkakrotnie. Jeśli chcemy, aby sos był wykwintniejszy, można go po dwukrotnym przetarciu przez sito przetrzeć jeszcze przez płótno, tzw. cedzak. Obecnie jednak przecierania przez cedzak niemal zupełnie nie stosuje się.

HIGIENA PRZYRZĄDZANIA SOSÓW

Przy przygotowywaniu sosów, jak i innych potraw, należy ściśle przestrzegać czystości. Wszystkie jarzyny i owoce przed obróbką termiczną muszą być dokładnie umyte oraz wypłukane w bieżącej wodzie. Szczególnie dokładnego oczyszczenia oraz mycia w kilku wodach wymagają grzyby, które na ogół są silnie zapiaszczone. Specjalnie dobrego mycia wymagają dodawane często do sosów tzw. „zielone" (zielona pietruszka, koper, szczypiorek itp.), ze względu na to, że kładzie się je zwykle do sosów całkowicie wykończonych (zielonego na ogół nie gotuje się z sosem).

Przy zaprawianiu sosów żółtkami należy pamiętać, że skorupa jaj może być zanieczyszczona oraz zakażona bakteriami chorobotwórczymi. Z tego też względu, aby nie dopuścić do zakażenia przygotowywanego sosu, należy jaja bezwzględnie dokładnie umyć przed rozbiciem.

Nie wolno także używać do sosów jaj kaczych, które bardzo często bywają zakażone bakteriami chorobotwórczymi. Jaja kacze wolno spożywać tylko po uprzednim ugotowaniu w ciągu co najmniej 8 minut (od chwili wrzenia).

Korzenie i przyprawy powinny być także dokładnie myte przed dodaniem ich do sosu.

Naczynia (garnki, rondelki) oraz sprzęt kuchenny (sito, łyżki itp.) powinny być wykonane z materiału nieszkodliwego dla zdrowia i nie działającego niszcząco na składniki odżywcze przyrządzanej w nich potrawy. Stwierdzono, że najlepsze są garnki aluminiowe, ewentualnie garnki pokryte wewnątrz emalią. Wszystkie inne naczynia: miedziane, żelazne, cynkowe

nie pobielane, nie mogą być używane do przerabiania produktów żywnościowych ze względu na łatwe przechodzenie do wody i produktów żywnościowych tych metali (miedzi, żelaza, cynku), ich toksyczne (trujące) działanie na organizm człowieka, jak również ze względu na ich własności utleniające — rozkładania witamin.

Łyżki używane do wyrobu sosów mogą być drewniane, aluminiowe lub srebrne. Sita nie mogą być wykonane z miedzi lub stopu miedzi, np. z mosiądzu. Wszelkie sita, cedzaki itp. powinny być wykonane z aluminium, stali nierdzewnej lub włosia.

PODAWANIE I PRZECHOWYWANIE SOSÓW

Przy doborze sosu do potraw należy brać pod uwagę 2 aspekty. Po pierwsze, odpowiedni zestaw potrawy z sosem pod względem smakowym i tu kierować się należy ogólną zasadą — do potraw ostrych podawać sosy łagodne, np. do śledzia sos śmietanowy lub majonezowy, do potraw o smaku mdłym sosy ostre, aromatyczne, a więc do kaszy sos grzybowy, do makaronu sos pomidorowy. Po drugie, sos powinien wzbogacać podawaną potrawę w brakujące składniki odżywcze (węglowodany, tłuszcz, witaminy itd.). Dla lepszego zastosowania sosów w naszej kuchni, poniżej umieszczono tabelkę z odpowiednim zestawieniem potraw z sosami.

Przechowywanie sosów wymaga specjalnych warunków. Sos gorący najwłaściwiej jest do chwili wydania trzymać na ciepłej płycie kuchennej w nakrytym naczyniu lub na łaźni wodnej, (naczynie z sosem wstawione jest w większy garnek z gorącą wodą, stojący na płycie kuchennej). Aby na powierzchni sosu nie utworzył się kożuszek, należy sos od czasu do czasu zamieszać lub położyć na jego powierzchni kilka kawałków masła.

Ten sposób przechowywania pozwala utrzymać odpowiednią temperaturę sosów oraz zabezpiecza je przed wysychaniem, przypaleniem, zmianą konsystencji, smaku, zapachu itp. W tych warunkach sosy gorące można przechowywać przez około

3 godziny. Należy jednak przy tym pamiętać, że choć takie przechowywanie utrzymuje sos we właściwej konsystencji, smaku i temperaturze, to jednocześnie obniża jego wartość odżywczą. Z tego też względu godnym propagowania jest podawanie sosów gorących, możliwie świeżych, bezpośrednio po ich przyrządzeniu.

Sosy zimne stanowią doskonałą pożywkę dla rozwoju drobnoustrojów. Z tego też względu powinny być one przechowywane w możliwie niskiej temperaturze, chronione przed zanieczyszczeniem. Sosy zimne należy przechowywać w naczyniach fajansowych lub porcelanowych.

Potrawy	Sosy
Kasze i potrawy mączne (kluski, makarony itp.)	pomidorowy, włoski, grzybowy, nelsoński, grzybowo-owocowy, pieczarkowy, grzybowy z boczkiem, mięsny, mięsno-pomidorowy, pomidorowy z kiełbasą, rosyjski, mięsny purée, paprykowy z cielęciną, szczawiowy, różowy, śmietanowy
Ziemniaki i potrawy z nich (zapiekanki, kotlety, krokiety itp.)	potrawkowy „poulette", beszamel, polski, szczawiowy, rzodkiewkowy, ravigote, szczypiorkowy, koperkowy, pomidorowy, włoski, nelsoński, grzybowo-owocowy, grzybowy z boczkiem, mięsny, mięsny pomidorowy, pomidorowy z kiełbasą, rosyjski, wątrobowy, mięsny purée, paprykowy z cielęciną, z baraniną, ogórkowy z baraniną
Jarzyny gorące	potrawkowy „poulette", beszamel, biały bulionowy, holenderski, kalafiorowy z serem, mięsny, mięsny pomidorowy, pomidorowy z kiełbasą, mózgowy, mięsny purée, selerowy, śmietanowy, różowy, śmietanowy majonezowy
Jarzyny zimne (sałatki)	
Jaja gorące	beszamel, biały bulionowy, szczypiorkowy, ravigote, holenderski, mózgowy, wątrobowy perée, mięsny purée
Jaja zimne	majonezowy, śmietanowy

Potrawy	Sosy
Mięso gorące	biały bulionowy, anyżkowy, ogórkowy, musztardowy, chrzanowy, szczawiowy, cebulowy, jarzynowy, selerowy, rzodkiewkowy, ravigote, szczypiorkowy, koperkowy, pomidorowy, włoski, holenderski, cytrynowy, słodki szary, maderowy, „à la Financiere", angielski bulionowy, Bordeaux, węgierski, afrykański, huzarski, myśliwski, pieczarkowy, truflowy, nelsoński, prowansalski, ziemniaczany, chlebowy, — „pauvre homme", jałowcowy, głogowy, porzeczkowy, borówkowy, wiśniowy, śliwkowy, sycylijski, beszamel, śmietanowy,
Mięso zimne	majonezowy, grecki, „Cumberland", jabłkowy, owocowy
Drób gorący	biały bulionowy, potrawkowy „poulette", koperkowy, włoski, cytrynowy, holenderski, „à la Financiere", chlebowy — „pauvre homme", borówkowy, porzeczkowy, mózgowy purée, pomarańczowy
Drób zimny	„Cumberland", jabłkowy, owocowy
Ryby gorące	biały bulionowy, biały z jajami, chrzanowy, selerowy, pomidorowy, cytrynowy, holenderski, szary słodki, ziemniaczany, rakowy, francuski, ogórkowy, musztardowy, sycylijski, beszamel, rzodkiewkowy, śmietanowy, grecki śmietanowy
Ryby zimne	majonezowe sosy, grecki, „Cumberland", „à la maitre d'hotel"

Sosy podaje się w sosjerkach lub polewa się nimi potrawy; czasem zapieka się potrawy razem z sosem. Podawany sos powinien mieć jednorodną konsystencję — na powierzchni sosu nie może wydzielać się tłuszcz.

Półprodukty

Półprodukty mogą stanowić podstawę sosu lub są tylko dodawane do nich w niewielkich ilościach. Mogą być one wytwarzane domowym sposobem i w wielu przypadkach przechowywane przez pewien okres czasu, w odpowiednich warunkach temperatury, wilgotności i światła.

Do grupy półproduktów zaliczamy buliony, octy domowe, musztardy, esencje barwne, zapachowe itp.

BULIONY

Buliony stanowią podstawę wielu sosów. Do sosów mięsnych przygotowuje się buliony z kości lub mięsa dwojakiego rodzaju: bulion brunatny lub biały.

Inne sosy przygotowywać można na bulionie rybnym, grzybowym lub pomidorowym.

Bulion mięsny brunatny

1,5 kg kości, cebuli, marchwi, pora i selera po około 10 dkg, 5 dkg pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, sól

Kości wołowe, cielęce czy inne umyć dokładnie i drobno porąbać. Jarzyny obrać, opłukać, pokrajać. Ułożyć w brytfannie kości i jarzyny, zwilżyć niewielką ilością wody ($^1/_2$ szklanki) i dusić w piekarniku około 1—$1^1/_2$ godziny, aż do zbrunatnienia. Kości należy często i dokładnie mieszać w brytfannie, a także

w miarę potrzeby zwilżać lekko wodą, aby się nie przypaliły, gdyż wtedy bulion będzie miał gorzki smak i nieprzyjemny zapach spalenizny. Obrumienione kości przenieść do garnka, zalać zimną wodą około 1 1/2 l i gotować na małym ogniu, w odkrytym garnku przez kilka godzin. Wywar należy wygotować do objętości 1 litra. W czasie gotowania należy zbierać tłuszcz i pianę w miarę jej wypływania na powierzchnię bulionu (pierwszą porcję należy zebrać zaraz po zagotowaniu bulionu). Pod koniec gotowania, bulion należy osolić i dodać przyprawy. Po zakończeniu gotowania należy raz jeszcze usunąć z powierzchni bulionu tłuszcz i przecedzić go; barwa bulionu powinna być brunatna.

W celu polepszenia smaku bulionu, wskazane jest dodanie do niego w czasie gotowania nieco sosu z duszonego lub pieczonego mięsa.

Bulion mięsny biały

1,5 kg kości, cebuli, marchwi, pora, selera po około 10 dkg, 5 dkg pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, sól

Umyte kości cielęce lub wołowe drobno porąbać i włożyć do garnka z zimną wodą (około 1 1/2 l), nakryć przykrywką i gotować. Od chwili zagotowania należy garnek odkryć, zebrać pianę i dalej już gotować w naczyniu odkrytym. W czasie gotowania należy także zbierać tłuszcz, aby bulion nie nabrał nieprzyjemnego smaku. Po 1-godzinnym gotowaniu należy włożyć do bulionu drobno pokrajane jarzyny i cebulę oraz posolić do smaku. Gdy jarzyny są już miękkie, bulion należy przecedzić. Bulion powinien być wygotowany do ilości 1 litra.

Bulion rybny

3/4 kg ryby lub części odpadkowych (głowy, ogony itp.), 4 cebule, sól, pieprz, pietruszka, marchew, liść laurowy

Głowy bez oczu, ogony lub też całe ryby wypatroszone, oskrobane i opłukane ugotować na małym ogniu, zbierając w czasie gotowania szumowiny z powierzchni. Włożyć do garnka umyte

i pokrajane jarzyny, gotować dalej na małym płomieniu w naczyniu odkrytym. Przy zbyt szybkim gotowaniu bulion staje się mętny i nabiera nieprzyjemnego smaku. Bulion gotuje się około 50—60 minut. Pod koniec gotowania bulion posolić i dodać korzenie. Gotowy bulion zostawić na 15—20 minut, aby się odstał, po czym przecedzić go.

Bulion jest lepszy, jeśli gotuje się go pół na pół z białym winem.

Bulion grzybowy

20 dkg grzybów suszonych na 1 litr bulionu, sól

Przebrać grzyby, kilka razy wypłukać dokładnie w ciepłej wodzie, włożyć do garnka zalewając 1 litrem zimnej wody. Pozostawić tak na 2—3 godziny. Po tym czasie należy gotować grzyby bez soli 30—40 minut, w tej samej wodzie, w której się moczyły. Grzyby nie moczone trzeba gotować około 3 godzin. Ugotowane grzyby wyjąć z bulionu, drobno pokrajać lub przepuścić przez maszynkę, połączyć z bulionem. Posolić bulion, pozostawić do odstania na 10—15 minut i przecedzić, dopełniając przegotowaną wodą do 1 l. Odcedzone grzyby można dodać do kapusty lub innych potraw. Bulion z młodych grzybów ma barwę jasnożółtą, z grzybów starych jest ciemniejszy.

ZASMAŻKI

Zasmażki przyrządza się z mąki pszennej i tłuszczu. Do sosów rumianych używa się zasmażki złotej, do sosów białych (mlecznych, śmietanowych, rybnych i innych) — zasmażki białej. Zasmażki otrzymuje się przez odpowiednie zasmażenie mąki i tłuszczu.

Przy przyrządzaniu zasmażek należy pamiętać, że aby otrzymać łatwo strawną zasmażkę, trzeba uprzednio uprażyć (zrumienić) mąkę na sucho i dopiero wtedy dodać ją do stopionego tłuszczu. Do zasmażek białych wskazane jest również dodawanie uprażonej mąki (nie zrumienionej), gdyż ma ona przyjem-

niejszy smak i zapach oraz mniej ciągliwą konsystencję. W celu uprażenia mąki, należy ją wsypać cienką warstwą na dobrze wymytą, suchą patelnię i ogrzewać na niewielkim płomieniu, mieszając nieustannie (mąka nie może się spalić). Do zasmażki białej używa się mąki nie zrumienionej zupełnie, do zasmażki złotej — mąki uprażonej na brunatno. Po odpowiednim uprażeniu — ostudzić mąkę, wsypać do słoika, szczelnie zamknąć i używać w miarę potrzeby.

Jeśli chodzi o tłuszcz do zasmażki, to w świetle ostatnich badań naukowych należy stwierdzić, że używane dotąd w tym celu masło można z powodzeniem zastąpić margaryną lub ceresem.

Tłuszcze roślinne (wszelkie oleje, jak arachidowy, rzepakowy, sojowy itp.) i wytwarzana z nich margaryna powinny w znacznym stopniu wyrugować z naszego jadłospisu masło.

Należy używać przede wszystkim margarynę mleczną oraz koniecznie i tylko świeżą. Za świeżą uważa się margarynę, której okres przechowywania nie przekroczył dwóch tygodni (data produkcji uwidoczniona jest na opakowaniu).

Ponieważ w większości przepisów podano jako tłuszcz podstawowy masło, należy pamiętać, że można je zastępować całkowicie lub częściowo margaryną; nie dotyczy to oczywiście rozdziału „Masła".

Zasmażka biała

1 łyżka masła, 1 łyżka mąki

Tłuszcz (masło, smalec) roztopić na patelni, wsypać mąkę, zasmażyć szybko, ale nie rumienić, rozprowadzić mlekiem lub wodą (w zależności od rodzaju sosu). Płyn dolewać do zasmażki po trochu, małymi porcjami, wciąż dokładnie mieszając, aby otrzymać gładką, jednolitą masę, bez grudek.

Zasmażka złota

1 łyżka masła, 1 łyżka mąki

Sposób wykonania, jak zasmażki białej. Należy tylko do roztopionego tłuszczu dodać mąkę zrumienioną na brunatny kolor.

Zasmażka z cebulą

1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1/2 cebuli

Cebulę obrać, opłukać, drobno posiekać, podsmażyć chwilę z tłuszczem, dodać mąkę i dalej wykonać zasmażkę jak wyżej.

Cebuli z zasmażką nie należy rumienić, gdyż jest ciężko strawna i niesmaczna.

OCTY

Ocet jest produktem nadającym potrawom odpowiednią ostrość, zakwaszającym je. Ocet spirytusowy znajdujący się u nas w sprzedaży i używany w naszej kuchni jest produktem szkodliwym dla organizmu człowieka. Z tego też względu należy unikać dodawania go do potraw, zastępując ocet w miarę możliwości sokiem z cytryny lub kwaskiem cytrynowym czy winowym. Można także ocet przyrządzać w domu z owoców. Produkt taki jest zwykle nieszkodliwy dla zdrowia.

Poniżej podano kilka łatwych przepisów na różne octy owocowe.

Ocet jabłkowy ze skórek

skórki, odpadki z jabłek, 1 l wody, 3 dkg cukru

Odpadki z jabłek i skórki wrzucić do słoja, zalać ciepłą wodą tak, aby zostały one całkowicie nią pokryte, dodać cukier, zawiązać słój czystym płótnem i postawić w ciepłym miejscu.

Gdy ocet sfermentuje, zlać go, odcedzić przez szmatkę, przelać do butelek, zakorkować. Ocet jabłkowy należy przechowywać w zimnym miejscu.

Ocet z gruszek

Utrzeć gruszki wraz ze skórką, sok wycisnąć przez płótno, wlać do gąsiora, włożyć kawałek świeżego, ciepłego jeszcze chleba. Owiązać gąsiorek płótnem, postawić na 8 dni na słońcu. Po tym czasie gotowy ocet należy zlać, przecedzić przez płótno, przelać do butelek, zakorkować.

Ocet z owoców mieszanych

Owoce (gruszki, jabłka, śliwki) nadpsute, gorszego gatunku umyć, usuwając części zepsute. Owoce posiekać drobno, wsypać do gąsiora, zalać ciepłą, przegotowaną wodą w takiej ilości, aby owoce zostały całkowicie przykryte. Owiązać gąsior płótnem i postawić na 8 dni w ciepłym miejscu. Gdy płyn sfermentuje, zlać go przez gęste sito, dodać drożdży (1 dkg na 1 litr płynu) albo kawałek razowego chleba, wlać ponownie wszystko do gąsiora, owiązać gąsior płótnem i odstawić znów na okres kilku dni. Gdy płyn stanie się dostatecznie kwaśny, zlać go do butelek, zakorkować i używać w miarę potrzeby.

MUSZTARDY

Musztardy są doskonałym dodatkiem do niektórych sosów ostrych; mogą również stanowić samodzielny dodatek do mięsa i ryb. Każda gospodyni domowym sposobem wykonać może kilka gatunków musztardy.

Musztarda śledziowa

25 dkg gorczycy, 1 śledź, kilka korniszonów, ocet owocowy, karmel

Gorczycę utrzeć dokładnie w moździerzu, dodać tyle octu, aby utworzyła się gęsta papka i ucierać dalej. Śledzia oprawić, po-

siekać drobno, przetrzeć przez sito, dodać do masy gorczycowej, utrzeć razem. Korniszony posiekać, utłuc w moździerzu, połączyć z masą musztardową, utrzeć dobrze na jednolitą masę, przetrzeć przez sito. Dodać karmel, zagotować wszystko na małym ogniu, mieszając, aby masa się nie przypaliła. Po ostudzeniu włożyć musztardę do słoików, owiązać je szczelnie pergaminem i używać w miarę potrzeby.

Musztarda pomidorowa

$^1/_2$ kg przecieru pomidorowego, $^1/_2$ szklanki octu owocowego, $^1/_2$ szklanki cukru, 2 łyżeczki soli, pieprz w ziarnkach, ziele angielskie, goździki, seler, 2 duże cebule

Obrać seler i cebule, opłukać i posiekać drobno. Ugotować do miękkości w niewielkiej ilości wody; przetrzeć przez sito. Utłuc w moździerzu pieprz, ziele angielskie i goździki, zmieszać z przecierem pomidorowym, gotować razem około 15 minut. Dodać cukier, ocet, sól, połączyć z przecierem z jarzyn. Po ostudzeniu włożyć do słoików, owiązać pergaminem.

Musztarda kremska

35 dkg czarnej mąki gorczycznej, 35 dkg białej mąki gorczycznej lub gorczycy, 2 łyżki miodu, $^1/_2$ l octu owocowego, 1 łyżka oliwy, 1 korzonek chrzanu, $^1/_4$ kg cukru, 1,5 l wody, sól

Zagotować wodę z cukrem, octem i solą. Zalać wrzątkiem mąkę gorczyczną lub gorczycę utłuczoną w moździerzu na mąkę. Utrzeć razem na jednolitą masę. Oskrobać chrzan, umyć, utrzeć na tarce, dodać do masy gorczycznej wraz z oliwą i miodem, ucierać dalej, przetrzeć przez sito. Ostudzoną musztardę przełożyć do słoików, owiązać pergaminem.

ESENCJE BARWNE

Dla nadania sosom odpowiedniej barwy nie należy używać żadnych sztucznych barwników, gdyż wszystkie one są w mniejszym lub większym stopniu szkodliwe dla zdrowia, lecz w miarę potrzeby dodać odpowiednio przygotowanych esencji z barwnych roślin.

Esencja szpinakowa

1/2 kg szpinaku zemleć, wycisnąć dokładnie przez płótno, zagotować wyciśnięty sok. W tych warunkach oddzieli się woda od zielonego barwnika, który należy przecedzić przez bardzo gęste sito.

Otrzymany zielony barwnik można natychmiast stosować do barwienia sosów ostrych lub słodkich, jak również można przechowywać go i w miarę potrzeby używać. W tym celu należy ugotować syrop z cukru i wody w proporcji 12 dkg cukru i 1/16 l wody. Wlać do syropu zielony barwnik, zagotować razem. Gdy syrop zgęstnieje nieco, należy zlać go do butelki i zakorkować. Esencję szpinakową należy przechowywać w ciemnym miejscu (pod wpływem światła rozkłada się zielony barwnik chlorofil, znajdujący się w szpinaku).

Esencja zielona z jarzyn

Należy wziąć równe ilości szczypioru, zielonej pietruszki, kopru i szpinaku. Wszystko przebrać, umyć dokładnie w kilku wodach i ugotować do miękkości w odkrytym naczyniu. Ugotowane jarzyny wyłożyć na sito, przelać zimną wodą, pozostawić do odcieknięcia.

Przenieść odcieknięte jarzyny do moździerza, utrzeć, przetrzeć przez sito. Esencję tę używać można do podbarwienia niektórych ostrych sosów.

Esencja żółta

1/2 kg marchwi oskrobać, umyć, utrzeć na drobnej tarce, wycisnąć sok przez płótno. Używać do zabarwiania sosów na kolor żółty.

Esencja czerwona

1/2 kg żórawin rozgnieść na misce, wycisnąć dobrze przez płótno. Sok zlać do czystej, suchej butelki i dobrze zakorkować. Esencję czerwoną przechowywać należy w zimnym miejscu i używać w miarę potrzeby do barwienia sosów na czerwono lub różowo (intensywność zabarwienia zależy od ilości dodanego soku) i jednocześnie do ich zakwaszania, gdyż sok żurawinowy jest kwaśny.

Karmel

Włożyć do rondla 10 dkg cukru i kilka łyżek wody w celu zwilżenia go. Postawić na ogniu, aż cukier się rozpuści i zrumieni na kolor brunatny. Wlać 1/2 szklanki wody, zagotować na gęsty syrop, ostudzić nieco, zlać do butelki, zakorkować i używać w miarę potrzeby do barwienia sosów.

Karmel miesza się drewnianą łyżką; metalowa może się uszkodzić.

MASŁA

Masło odpowiednio doprawione różnymi dodatkami może stanowić przyprawę do sosów lub garnitur do mięs, ryb i kanapek. Masła tego rodzaju można otrzymać przez wymieszanie z różnymi produktami w postaci purée (masło pomidorowe), bądź mocno rozdrobnionej (masło zielone). Inne można otrzymać przez rozpuszczenie masła i zmieszanie z innymi dodatkami.

Masło odpowiednio przyprawione może być przechowywane przez okres kilku dni i w miarę potrzeby dodawane do przyrządzanych sosów.

Masło czosnkowe

10 dkg masła, 5 dkg czosnku

Czosnek obrać, opłukać, utrzeć w moździerzu na miazgę, dodać masło, utrzeć razem doskonale i przetrzeć przez sito.

Masło może być dodane do sosu afrykańskiego, prowansalskiego, białego, jak również jest doskonałym dodatkiem do mięsa wołowego.

Masło cebulowe

10 dkg masła, 2 małe cebule, sól

Cebule obrać, opłukać, utrzeć na miazgę w moździerzu. Dodać masło, utrzeć razem, dodając sól do smaku. Przetrzeć przez sito.

Masło można dodawać do sosu cebulowego, włoskiego, jarzynowego i innych.

Masło ravigote

10 dkg zielonej pietruszki, koperku, szczypiorku, 1 mała cebula, 15 dkg masła

„Zielone" opłukać, posiekać i 3 minuty gotować w wodzie słonej. Wyjąć z wody, utrzeć w moździerzu, dodać cebulę drobno posiekaną, ucierać dalej. Dodać masło, sól, razem wymieszać, przetrzeć przez sito.

Masło może być podstawą sosu ravigote, jak również może być tylko dodatkiem do takich sosów, jak jarzynowy, pomidorowy, szczypiorkowy.

Masło zielone

10 dkg masła, zielona pietruszka, kostki bulionowe, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy

Kostki bulionowe rozpuścić w jak najmniejszej ilości wody. Masło rozmiękczone (trzymane w ciepłym miejscu przez pewien czas) umieścić w płaskim naczyniu; zieloną pietruszkę umyć do-

kładnie, drobno posiekać, wrzucić do masła. Wlać rozpuszczone kostki bulionowe i sok z cytryny; wszystko razem dobrze wymieszać. Wyrobione masło oziębić.

Masło może być dodawane do sosów jarzynowych lub podawane jako garnitur do cielęciny i drobiu.

Masło burgundzkie

15 dkg masła, 1 mała cebula, 2 ząbki czosnku, 2 łyżki zielonej, posiekanej pietruszki, sól, pieprz

Masło ucierać dodając drobno posiekaną cebulę, utarty na masę czosnek i zieloną pietruszkę. Dodać do smaku sól i pieprz. Dobrze wymieszać.

Masło jest doskonałym dodatkiem do sosu huzarskiego, prowansalskiego, afrykańskiego, myśliwskiego.

Masło wiosenne

10 dkg masła, 15 dkg zielonych jarzyn: zielony groszek, szparagi, fasolka zielona itp.

Przebrane i umyte jarzyny ugotować w słonej wodzie. Wyjąć z wody, odsączyć, utrzeć doskonale w moździerzu razem z masłem. Przetrzeć masło przez sito.

Masło dodawać można do sosu jarzynowego, ravigote, pomidorowego, jak również używać jako garnitur do cielęciny i drobiu.

Masło rzodkiewkowe

10 dkg masła, 5 dkg rzodkwi, sól

Rzodkiew umyć, obrać, utrzeć na tarce. Utrzeć w moździerzu na jednolitą masę rzodkiew z masłem, dodając sól. Przetrzeć utarte masło przez sito.

Dodawać można masło do sosów jarzynowych oraz podawać do pieczeni wołowej lub jaj.

Masło „Bercy"

½ szklanki białego wina, 1 mała cebula, 10 dkg masła, 20 dkg szpiku wołowego, zielona pietruszka, ½ cytryny, sól, pieprz

Cebulę obrać, opłukać, drobno posiekać, ugotować w białym winie, wygotowując je do połowy. Po ostudzeniu wyrobić wino z masłem, dodając szpik wołowy doskonale posiekany z odrobiną słonej wody. Wyrobić wszystko dobrze na jednolitą masę.

Zieloną pietruszkę opłukać, posiekać, zmieszać razem. Wcisnąć sok z cytryny, dodać sól i pieprz do smaku.

Masło dodaje się do sosu „Bordeaux" lub używa jako garnitur do befsztyków, pieczeni wołowej i sztuki mięsa.

Masło musztardowe

10 dkg masła, 1 łyżka musztardy

Utrzeć dokładnie masło i zmieszać z musztardą.

Masło dodawać można do sosu myśliwskiego.

Masło paprykowe

10 dkg masła, 2,5 g papryki

Utrzeć doskonale w moździerzu masło z papryką.

Masło dodaje się do sosu węgierskiego, huzarskiego, myśliwskiego, prowansalskiego, do sosów mięsnych, jak również podaje się jako garnitur do mięsa.

Masło cytrynowe

1 cytryna (skórka), 10 dkg masła, sól, pieprz

Utrzeć masło z cienko skrajaną skórką cytrynową, solą i pieprzem.

Masło dodawać można do sosu cytrynowego lub podawać do drobiu i cielęciny.

Masło kwaśne

10 dkg masła, 1 cytryna, sól, pieprz

Nad garnkiem z parą roztopić lekko masło. Utrzeć je z solą, pieprzem i sokiem z cytryny.

Masło dodawane być może do wszystkich niemal sosów, jak również używać je można do ryb.

Masło „Montpellier"

15 dkg masła, 5 dkg jarzyn (rzeżuchy, szpinaku, szczypiorku, koperku, zielonej pietruszki, cebuli), 1 korniszon, 1 śledź, 1/2 ząbka czosnku, 1 żółtko twarde, 1 żółtko surowe, 1/4 szklanki oliwy (oleju), pieprz, sól

Ugotować w słonej wodzie pietruszkę, koperek, rzeżuchę, szczypiorek, szpinak i drobno posiekaną cebulę. Wycisnąć dobrze z wody i przełożyć do moździerza, dodając pokrajany korniszon, utarty śledź i kawałek czosnku. Utrzeć wszystko razem, dodać masło i żółtka. Dodawać kroplami olej, ucierając mocno. Wrzucić sól i pieprz do smaku, przetrzeć przez sito. Włożyć masło do glinianej miski i ubijać dla otrzymania lekkiej, piankowatej masy.

Masło to specjalnie się nadaje do ubierania potraw i półmisków.

Masło łososiowe (sardynkowe)

10 dkg masła, 7,5 dkg łososia wędzonego, sól

Utrzeć dobrze w moździerzu łososia, dodając masło. Przetrzeć masę przez sito.

W ten sam sposób przygotowuje się masło sardynkowe lub z tuńczyka w oleju, szprotek itp.

Masło dodane do sosu białego stanowi doskonałą przyprawę do jaj i sałatek.

Masło kawiorowe

15 dkg masła, 7,5 dkg kawioru

Utrzeć w moździerzu kawior, dodać masło, doskonale razem wymieszać, przetrzeć przez sito.

Masło można dodawać do sosu białego lub używać jako garnitur do dziczyzny lub jaj.

Masło śledziowe

20 dkg masła, 10 dkg śledzia, gorczyca

Obranego, oczyszczonego śledzia moczyć w niewielkiej ilości mleka przez około 6 godzin. Następnie przetrzeć przez sito do miski, dodać rozmiękczone masło (trzymane przez pewien czas w ciepłym miejscu) oraz nieco gorczycy. Dobrze wszystko wyrobić.

Masło dodawać można do sosu śledziowego lub używać jako dodatku do jaj.

Masło pomidorowe

20 dkg masła, 10 dkg przecieru pomidorowego, sól, pieprz

Utrzeć dobrze masło z pomidorami na jednolitą masę, dodać sól i pieprz do smaku, ucierać dalej.

Masło dodawać można do sosu pomidorowego, jarzynowego, mięsnego z pomidorami, greckiego, włoskiego, afrykańskiego i innych.

Masło chrzanowe

20 dkg masła, 10 dkg chrzanu, sól

Chrzan opłukać, obrać, utrzeć na drobnej tarce. Wyrobić masło dobrze, dodając małymi porcjami chrzan.

Masło można dodawać do sosu chrzanowego, białego jak również używać jako garnitur do pieczeni wołowej, ryb lub jaj.

Przepisy

Wszystkie przepisy sosów podane w niniejszej broszurze, w zależności od sposobu ich podania, podzielone są na 3 zasadnicze grupy: sosy gorące, sosy zimne i sosy słodkie.

W poszczególnych grupach sosów zastosowano jeszcze dokładniejszy podział, w zależności od zasadniczego składnika sosu, jego podstawy. I tak, w grupie sosów gorących wyodrębniono: sosy bulionowe (mięsne, rybne, jarzynowe), owocowe, mięsne, śmietanowe, mleczne, jajeczno-maślane. W grupie sosów zimnych mieszczą się sosy majonezowe i inne (na podstawie śmietany, jarzyn, marmolady itp.) Sosy słodkie podzielono na gotowane i szodonowe (ubijane trzepaczką na łaźni wodnej).

Sosy gorące mogą być, dla nadania im odpowiedniej konsystencji, podprawiane zasmażką (przepisy na zasmażki omówione zostały w rozdziale „Półprodukty"), zasmażką z dodatkiem śmietany, śmietaną z mąką, masłem zacieranym z mąką z dodatkiem surowych żółtek oraz emulsją z masła i żółtek.

Przy podprawianiu sosów trzeba szczególnie ostrożnie postępować, aby nie dopuścić do utworzenia grudek zbitej mąki, lub zwarzenia sosu w obecności żółtek. W przypadku podprawiania sosu zasmażką lub zasmażką ze śmietaną, należy rozprowadzić ją niewielką ilością zimnej wody lub zimnego sosu, po czym do-

piero połączyć ostrożnie z sosem gorącym, mieszając, zagotować szybko i zestawić z ognia.

W przypadku podprawiania sosu żółtkami, należy je rozbić w kubeczku, rozprowadzić niewielką ilością ciepłego sosu, połączyć z resztą sosu gorącego i mieszając ogrzać razem na małym ogniu lub łaźni wodnej aż do zgęstnienia. Należy unikać gotowania sosu, gdyż może się zwarzyć.

Sosy jajeczno-maślane, których podstawą jest emulsja z masła i żółtek, wymagają specjalnej dokładności wykonania, aby poszczególne składniki sosu połączyły się z sobą, tworząc produkt o jednorodnej konsystencji. Technika przyrządzania powyższych sosów jest następująca. Żółtka z wodą, bulionem lub mlekiem — w zależności od rodzaju sosu — umieścić w garnku na łaźni wodnej lub płycie kuchennej i mieszając ogrzewać, nie dopuszczając do zagotowania. Gdy masa zacznie gęstnieć, wlać do niej cienkim strumieniem, nie przestając mieszać, stopione masło i inne składniki płynne. Ogrzewać dalej masę (nie gotować) mieszając nieustannie, aż do jej zgęstnienia. Jeśli sos jest za gęsty można go nieco rozrzedzić gorącą wodą.

Można również, przy wykonywaniu tego typu sosów, ogrzewać od razu mieszaninę masła z żółtkami, dodając odrobinę zimnej wody i mieszając wszystko do zgęstnienia. Dalszy tok postępowania, jak opisano wyżej.

Przy zaprawianiu sosu mąką pszenną lub ziemniaczaną, należy rozrobić ją w niewielkiej ilości zimnej wody, rozprowadzić częścią gorącego sosu, połączyć z resztą sosu, mieszając razem zagotować i zestawić z ognia.

Sosy majonezowe stanowią specjalną grupę sosów, dlatego sposób ich wykonania umieszczono w tekście, bezpośrednio przy przepisach.

Wykonanie sosów szodonowych polega na ubijaniu trzepaczką na łaźni wodnej żółtek z innymi produktami, jak mleko, wino, czekolada, cukier itp., aż do otrzymania konsystencji sosu.

Wszystkie przepisy podane w niniejszej broszurze obliczone są przeciętnie w proporcjach na 4 osoby dorosłe. Należy jednak liczyć się przy wykonywaniu sosu z indywidualnymi gustami.

konsumentów (jedni spożywają sosy w b. dużych ilościach, inni w niewielkich), ich apetytem oraz do jakiej potrawy sos jest przeznaczony. W zależności od tego ilość sosu można zwiększać lub zmniejszać.

Ze względu na to, że w poszczególnych przepisach ilości produktów podawane są często w dkg, a nie każda gospodyni posiada wagę, na której mogłaby odpowiednio produkty odważać, poniżej podajemy tabelkę, zawierającą przeliczenia ciężaru na objętość większości produktów, występujących w naszych przepisach. Jako miarę objętościową przyjmuje się szklankę pojemności 1/4 l oraz łyżkę stołową objętości 15 cm^3. Produkty sypkie, jak mąka, cukier przy odmierzaniu ich łyżką czy szklanką, powinny być otrząśnięte, lecz nie ubite, a ich powierzchnia wyrównana nożem. Masło odmierzane łyżką powinno być ubite i wyrównane nożem.

Produkt	Szklanka pojemności 1/4 l	Łyżka stołowa
Mąka pszenna	150 g	15 g
Mąka ziemniaczana	190 g	10 g
Bułka tarta	—	10 g
Cukier kryształ	210 g	18 g
Kakao	—	7,5 g
Woda	250 g	15 g
Mleko	250 g	15 g
Śmietana	230 g	15 g
Masło	—	15 g
Marmolada	320 g	40 g

Ilości produktów, podane w przepisach w łyżkach należy odmierzać w łyżkach stołowych, podane w łyżeczkach — odmierzać w płaskich łyżeczkach herbacianych.

Ilości przypraw, jak octu, soli, pieprzu, korzeni, nie podano w przepisach, zostawiając to gustowi i smakowi gospodyni.

SOSY GORĄCE

SOSY BULIONOWE MIĘSNE

Podstawą tych sosów jest bulion mięsny biały lub brunatny. Bulion mięsny może być ewentualnie zastąpiony bulionem z kostek Maggi, ale wówczas sos będzie mniej smaczny.

Sos biały

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka mąki, 1 łyżka masła *)

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją ostrożnie zimnym bulionem, zagotować, mieszając nieustannie, aby nie utworzyły się grudki.

Sos ten może być podawany do mięsa i ryby lub stanowić podstawę wielu innych sosów.

Sos rumiany

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 cebula, 1 łyżeczka cukru, sól, pieprz

Usmażyć lekko na maśle drobno posiekaną cebulę, dodać mąkę uprażoną na złoty kolor, zrobić zasmażkę. Odstawić zasmażkę na bok i ostrożnie rozprowadzić ją niewielką ilością wody, mieszając dobrze, aby nie utworzyły się grudki. Dodać bulion, doprawić solą i pieprzem do smaku, dobrze wymieszać. Lekko podgotować sos na małym ogniu. Zrobić z cukru karmel, zabarwić nim sos, przetrzeć sos przez sito.

Sos rumiany podaje się do mięsa i ziemniaków.

Sos niemiecki

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka masła, 3 żółtka, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, 1 łyżka mąki, sól, cukier

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją bulionem, zagotować mieszając. Żółtka rozbić w kubeczku, rozprowadzić gorącym bulionem. Zaprawiony żółtkami sos,

*) Wskazane zastępowanie masła margaryną lub ceresem.

mieszając ogrzewać na małym ogniu, ale nie gotować. Doprawić sos do smaku, dodając sok z cytryny, sól, cukier. Wymieszać razem.

Sos podaje się do mięsa, ryby lub jaj.

Sos niemiecki z marynatami

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 3 żółtka, 2 łyżki śmietany, 1/4 szklanki marynowanych owoców (winogrona, śliwki itp.), sól, cukier

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją bulionem, wrzucić marynaty i zagotować razem, ciągle mieszając. Rozprowadzić śmietanę gorącym sosem, żółtka utrzeć z niewielką ilością gorącego sosu, zmieszać razem. Wszystko połączyć, ogrzać dobrze na małym ogniu, ale nie zagotować.

Gorący sos podawać do potrawki z kury lub cielęciny, do pieczonego drobiu.

Sos anyżkowy

1/2 szklanki bulionu brunatnego, 1/4 szklanki wina białego, 1 łyżeczka od kawy anyżku, 2 kostki cukru, 3 łyżeczki octu owocowego albo soku z cytryny

Z cukru zwilżonego octem zrobić karmel. Rozprowadzić karmel winem i wrzucić anyżek. Zagotować razem. Wlać bulion. Wygotować sos do 2/3 objętości pierwotnej. Przecedzić przez gęste sito.

Gorący sos podaje się do dziczyzny i wołowej pieczeni.

Sos potrawkowy (poulette)

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 żółtko, kwasek cytrynowy lub sok z cytryny, zielona pietruszka, koperek, sól, cukier

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją bulionem, zagotować mieszając nieustannie. Utrzeć żółtko w kubeczku, dodać do smaku kwasek cytrynowy, sól i cukier, rozprowadzić niewielką ilością gorącego sosu, wymieszać i po-

łączyć z pozostałą częścią sosu. Przecedzić sos przez sito, ogrzać na małym ogniu, ale nie zagotować. Koperek i pietruszkę opłukać, posiekać drobno, wsypać do sosu i razem wymieszać dobrze.

Gorący sos podawać do potrawki mięsnej i ziemniaków.

Sos pospolity

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka mąki, 1 łyżka masła, szczypiorek, sól, cukier

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją bulionem, zagotować mieszając. Szczypiorek opłukać, posiekać drobno, wsypać do sosu. Doprawić do smaku, dodając sól i cukier. Dobrze wymieszać, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do mięsa.

Sos do kotletów

1 szklanka bulionu białego, 1/2 szklanki wina, 2 łyżki tartej bułki, 2 łyżeczki cukru, 1 łyżka soku cytrynowego, sól

Zagotować wino z cukrem. Bułeczkę tartą zalać zimnym bulionem, połączyć z winem. Wymieszać, razem zagotować. Przecedzić sos przez sito, doprawić do smaku solą. Można dodać nieco sosu, w którym smażyły się kotlety.

Sos do kotletów inny

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka mąki, 1 łyżka masła, 1 łyżka pokrajanych korniszonów, 1/2 cytryny, 2 łyżeczki cukru (1/2 szklanki wytrawnego wina)

Z masła i mąki uprażonej na złoty kolor zrobić zasmażkę. Rozprowadzić ją bulionem, zagotować razem mieszając. Z cukru zrobić karmel, dodać do sosu. Pokrajać drobno korniszony, cytrynę na cienkie plasterki, połączyć z sosem (zamiast korniszonów można także dodać grzybki marynowane). Kotlety zalać gorącym sosem i podawać do stołu. Dla polepszenia smaku sosu, można dodać jeszcze 1/2 szklanki wina wytrawnego, z którym należy sos zagotować.

Sos z ogórków kwaszonych

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 2 ogórki kwaszone, zielona pietruszka, sól, cukier, (1/4 szklanki wytrawnego wina)

Ogórki pokrajać w drobną kostkę i usmażyć w łyżce masła. Dodać mąkę, wymieszać dobrze, aby nie zrobiły się kluski. Połączyć zasmażkę z zimnym bulionem. Zrobić z cukru karmel, dodać do sosu, zagotować razem mieszając. Opłukać dobrze pietruszkę, posiekać drobno, wrzucić do sosu. Dobrze razem wymieszać, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do sztuki mięsa lub kotletów.

Sos musztardowy

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 łyżka musztardy, 2 łyżeczki cukru, sól, ocet owocowy, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją ostrożnie bulionem, zagotować razem. Musztardę rozprowadzić kilkoma łyżkami gorącego sosu, połączyć z pozostałą częścią sosu. Dodać do smaku cukier, sól i ocet, wymieszać, zagotować. Do sosu dodać można nieco wina, co znacznie podnosi jego smak.

Gorący sos podaje się do kiełbasy, parówek lub sztuki mięsa.

Sos musztardowy z żółtkiem

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 5 dkg musztardy, 1 cebula, 1 żółtko, 1/4 szklanki wina białego wytrawnego, 1/2 cytryny lub kwasek cytrynowy ewentualnie ocet owocowy, sól, cukier, papryka

Cebulę obrać, opłukać, posiekać drobno, udusić w maśle. Dodać mąkę, przysmażyć razem, dobrze mieszając. Rozprowadzić zasmażkę bulionem, dodać musztardę, sól, cukier, paprykę do smaku, zagotować, mieszając. Zaprawić sos żółtkiem utartym z niewielką ilością gorącego soku, dodać wino. Zagrzać wszystko na małym ogniu, ale nie zagotować. Wcisnąć sok z cytryny, wymieszać dobrze, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do sztuki mięsa, parówek lub jaj.

Sos chrzanowy

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 5—6 łyżek tartego chrzanu, 2—3 żółtka, sól, cukier

Kilka oczyszczonych i umytych korzeni chrzanu utrzeć na tarce. Utarty chrzan usmażyć w łyżce masła, dodać ostrożnie łyżkę mąki i razem zasmażyć. Rozprowadzić zasmażkę bulionem, zagotować mieszając. Zaprawić sos żółtkami utartymi z niewielką ilością gorącego sosu, ogrzać mocno na małym ogniu (nie gotować) mieszając nieustannie, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do mięsa, kiełbasy i jaj.

Sos szczawiowy

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 10 dkg szczawiu, 2 łyżki śmietany, sól, cukier

Umyć przebrany szczaw, usiekać drobno. Ugotować go w bulionie, przetrzeć przez sito. Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją szczawiowym smakiem, zagotować razem mieszając. Zaprawić sos śmietaną, dodać do smaku sól i cukier.

Gorący sos podawać do sztuki mięsa, cielęciny i kotletów.

Sos cebulowy rumiany

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, kilka cebul, pieprz, ziele angielskie, cukier, sól, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, ewentualnie ocet owocowy

Cebule obrać, opłukać, pokrajać w drobną kostkę, usmażyć na maśle. Dodać 1 łyżkę uprażonej na złoty kolor mąki, usmażyć razem mieszając. Połączyć zasmażkę z bulionem, zagotować mieszając. Upalić cukier na karmel, dodać do sosu. Wrzucić korzenie, sól, wcisnąć sok z cytryny do smaku. Wymieszać razem i zagotować. Można dodać sos od pieczeni.

Gorący sos podaje się do pieczeni, sztuki mięsa, kotletów.

Sos cebulowy biały

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, kilka cebul, 1 łyżeczka kminku, sól, cukier

Cebule obrać, umyć, pokrajać drobno i ugotować w bulionie. Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją gorącym bulionem i zmieszać dokładnie razem. Dodać kminek, sól i cukier do smaku; zagotować sos mieszając.

Gorący sos podawać do pieczeni baraniej, kotletów lub sztuki mięsa, kiełbasy, zapiekanek z ziemniaków.

Sos jarzynowy

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, zielona pietruszka, koperek, 1 cebula, jarzyny (marchewka, pietruszka itp), sól, pieprz, cukier

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Opłukane jarzyny oskrobać, obrać cebulę, umyć wszystko dokładnie, pokrajać w drobne talarki. Ugotować jarzyny w bulionie. Gdy jarzyny są już miękkie, zaprawić sos zasmażką. Dodać do smaku sól, pieprz i cukier. Wymieszać wszystko, pogotować chwilę, zestawić z ognia.

Zieloną pietruszkę i koperek opłukać, posiekać drobno, wrzucić do sosu, wymieszać. Gorący sos podawać do sztuki mięsa i pieczeni.

Sos selerowy

1 1/2 szklanki bulionu białego, 1 łyżka masła, goździki, liść laurowy, 1 łyżka mąki, 3 selery, 1 cebula, ziele angielskie, sól, pieprz, cukier

Obrać selery i cebulę, umyć, włożyć do garnka, wrzucić korzenie, zalać bulionem (tyle, aby przykryć jarzyny). Gotować na małym ogniu. Gdy selery są już miękkie, wyjąć je z bulionu, przetrzeć przez drobne sito do rondelka. Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją częścią zimnego bulionu, połączyć z przecierem z selerów, zalać resztą bulionu, dodać sól i cukier do smaku, wymieszać, zagotować wszystko.

Gorący sos podaje się do kotletów, jarzyn, potraw z ziemniakami.

Sos z rzodkwi

1 szklanka białego bulionu, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 10 dkg śmietany, 2 rzodkwie, sól, cukier, zielona pietruszka

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją ostrożnie bulionem, zagotować mieszając, zaprawić śmietaną, zestawić z ognia. Obrane rzodkwie opłukać, utrzeć na tarce. Włożyć utarte rzodkwie do sosu, dodać sól i cukier do smaku. Zieloną pietruszkę opłukać, posiekać drobno, połączyć z sosem i dobrze wymieszać.

Gorący sos podawać do sztuki mięsa, opiekanek, jarzyn.

Sos zielony (ravigote)

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, zielona pietruszka, szczypiorek, cytryna lub kwasek cytrynowy ewentualnie ocet owocowy, sól, pieprz, cukier

Z mąki i masła zrobić białą zasmażkę. Pietruszkę i szczypiorek opłukać, posiekać drobno i ugotować w bulionie. Po ugotowaniu przetrzeć przez sito. Smakiem tym rozprowadzić zasmażkę, dodać przetartą zieleninę. Dodać sól i pieprz do smaku, zagotować wszystko, mieszając. Wcisnąć sok z cytryny lub wrzucić kwasek cytrynowy.

Gorący sos podawać do sztuki mięsa i kotletów lub jaj.

Sos szczypiorkowy

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 żółtko, 7,5 dkg śmietany, pęczek szczypiorku, sól, cukier

Zrobić białą zasmażkę z mąki i masła. Rozprowadzić ją bulionem, zagotować mieszając. Szczypiorek umyć dokładnie i drobno posiekać. Utrzeć żółtko, dodając śmietanę i szczypiorek. Połączyć wszystko z sosem. Mieszając, podgrzać na małym ogniu, ale nie zagotować. Dodać sól i cukier do smaku i dobrze wymieszać, zestawić z ognia.

Gorący sos podaje się do sztuki mięsa, jaj i ryby.

Sos koperkowy

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 7 dkg śmietany, 1 żółtko, 1 pęczek kopru, sól, pieprz, cukier

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją ostrożnie bulionem mieszając, aby nie utworzyły się grudki. Zagotować razem.

Koper opłukać dokładnie, obrać z grubych, starych łodyg i drobno posiekać. Do śmietany dodać żółtko i dobrze utrzeć razem. Wymieszać śmietanę z sosem, dodać sól i pieprz do smaku, wrzucić koper. Podgrzać wszystko na małym ogniu (nie gotować) mieszając nieustannie.

Gorący sos podaje się do mięsa i ziemniaków.

Sos pomidorowy

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 4—6 pomidorów, 1 cebula, sól, pieprz, cukier

Cebulę obrać, opłukać, pokrajać w drobną kostkę, usmażyć w maśle, wsypać uprażoną na złoty kolor mąkę, wymieszać i podsmażyć. Rozprowadzić zasmażkę bulionem. Pomidory umyte pokrajać, wrzucić do sosu. Dodać sól, pieprz do smaku i gotować razem około $^1/_2$ godziny pod przykryciem, mieszając często, aby sos nie przywarł do garnka. Przetrzeć przez sito, podgrzać.

Gorący sos podawać do mięsa, ryby, makaronu lub kaszy.

Sos pomidorowy z koncentratu

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 10 dkg przecieru pomidorowego, sól, pieprz, papryka, cukier

Obraną, opłukaną cebulę drobno posiekać, podsmażyć na tłuszczu, dodać mąkę. Rozprowadzić zasmażkę bulionem, dodać

koncentrat pomidorowy, paprykę, sól, pieprz, cukier do smaku. Zagotować wszystko mieszając, przetrzeć przez sito, podgrzać.

Gorący sos podawać do mięsa, ryby i makaronu.

Sos pomidorowy z pieczarkami

1 szklanka bulionu, 1 łyżka masła, 10 dkg pomidorów, 10 dkg pieczarek, 1 kieliszek wina białego wytrawnego, 1 cebula, zielona pietruszka, sól, pieprz, cukier

Umyte, drobno pokrajane pomidory udusić, przetrzeć przez sito. Pieczarki umyć dokładnie, cebulę obrać, opłukać, pokrajać drobno cebulę i pieczarki, usmażyć razem na maśle. Dodać przetarte pomidory, wlać wino, wymieszać dobrze. Rozprowadzić sos bulionem, zagotować. Dodać do smaku sól, pieprz i cukier. Zieloną pietruszkę opłukać, posiekać, wrzucić do sosu. Wymieszać wszystko, zestawić z ognia. Gorący sos podaje się do antrykotów, duszonego i pieczonego mięsa oraz do bitek.

Sos włoski

1 szklanka bulionu białego, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, 7 dkg przecieru pomidorowego, 5 dkg pieczarek, 5 dkg szynki, 1 cebula, zielona pietruszka, pieprz, sól, cukier, 1 kieliszek wina białego wytrawnego

Z łyżki masła i mąki zrobić białą zasmażkę z przysmażoną cebulą. W pozostałej części masła usmażyć dobrze umyte, drobno poszatkowane pieczarki i pokrajaną w drobną kostkę szynkę. Rozprowadzić zasmażkę bulionem, połączyć z usmażonymi pieczarkami i szynką, wlać wino. Wymieszać wszystko i zagotować razem. Dodać do smaku sól, pieprz i cukier. Zieloną pietruszkę umyć, posiekać drobno, wrzucić do sosu, wymieszać razem, zestawić z ognia.

Gorący sos podaje się do pieczonego mięsa i drobiu, makaronu, kaszy, zapiekanek.

Sos cytrynowy

1 szklanka bulionu brunatnego, 1/2 szklanki wina, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 3 żółtka, 1 cytryna, 2 łyżeczki cukru, sól

Z masła i mąki uprażonej na złoty kolor zrobić zasmażkę. Rozprowadzić ją ostrożnie bulionem. Dodać wino, utartą skórkę cytrynową oraz sok z cytryny. Utrzeć żółtka, zaprawić nimi sos. Dodać do smaku sól i cukier, mieszając podgrzewać sos na małym ogniu, ale nie zagotować. Gdy sos zacznie gęstnieć należy zestawić go z ognia.

Gorący sos podawać do potrawki z kury i cielęciny.

Sos holenderski

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 3 żółtka, 2 łyżeczki cukru, 1/2 cytryny, 1 łyżka soku z cytryny, sól

Utrzeć dobrze masło z żółtkami. Dodać uprażoną na sucho, ale nie zrumienioną mąkę, sok z cytryny, sól i cukier. Wlać, mieszając ciągle, bulion gorący. Pokrajać cytrynę w cienkie plasterki, włożyć do sosu. Ogrzać dobrze razem na małym ogniu, ale nie zagotować, ubijając sos do białości.

Gorący sos podawać do potraw mięsnych.

Sos holenderski z winem

1 szklanka bulionu białego, 1/2 szklanki wina białego wytrawnego, 7 1/2 dkg masła, 2 żółtka, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, sól, cukier

Utrzeć żółtka z masłem na jednolitą, gładką masę. Bulion zagotować. Do utartych żółtek wlewać ostrożnie, małymi porcjami wrzący bulion. Garnek z sosem wstawić w większy garnek z wrzącą wodą i ubijać na parze sos, uważając tylko, aby nie zwarzyły się żółtka. Gdy sos zgęstnieje, dodać sól, cukier, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, ostrożnie wlać wino, ubijając sos dalej na parze, aż nabierze odpowiedniej konsystencji.

Gorący sos podaje się do drobiu, cielęciny i różnego rodzaju ryb.

Sos można podgrzewać tylko na parze, a nie bezpośrednio na płycie kuchennej.

Sos słodki szary

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1/2 szklanki wina wytrawnego, kilka migdałów, 1/2 cytryny, 1/4 szklanki rodzynek, cukier, sól

Z masła i mąki sporządzić zasmażkę, rozprowadzić ją ostrożnie bulionem i winem, zagotować razem mieszając. Zrobić z cukru karmel, dodać do sosu. Migdały zalać wrzątkiem i obrać ze skórki, rodzynki umyć dokładnie w gorącej wodzie. Wsypać migdały i rodzynki do sosu, wcisnąć trochę soku z cytryny, dodać do smaku cukru i soli, sos zagotować mieszając dobrze. Cytrynę pokrajać w cienkie plasterki, wrzucić do sosu. Zamiast cukru można dodać do sosu miodu.

Gorący sos podaje się do ozora oraz takich ryb, jak leszcz lub lin, ale wtedy lepiej rozprowadzać go bulionem z ryby, nie z mięsa.

Sos kwaśno-słodki

1/2 szklanki bulionu białego, 1/2 szklanki wina białego wytrawnego, 1 mała cebulka, 3 łyżki soku z cytryny lub octu owocowego, 2 łyżki rodzynków, 3 kostki cukru

Zwilżyć cukier sokiem z cytryny lub octem i zrobić karmel. Rozprowadzić go winem. Cebulę obrać, opłukać, posiekać drobno. Ugotować cebulę z winem, wlać bulion, zagotować razem. Przetrzeć sos przez sito, wrzucić opłukane rodzynki, wymieszać i podgrzać razem.

Gorący sos podaje się do białego mięsa.

Sos maderowy

1 szklanka bulionu brunatnego, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, 1 kieliszek madery, 1 łyżeczka cukru, 2—3 pieczarki, sól, pieprz

Z łyżki masła i mąki uprażonej na złoty kolor zrobić zasmażkę, rozprowadzić ją bulionem, zagotować razem, dodając

sól i pieprz do smaku. Pieczarki oczyścić, umyć, drobno pokrajać i udusić w pozostałej części masła. Połączyć pieczarki z sosem, dodać nieco cukru, kieliszek madery, wymieszać i zagotować razem.

Gorący sos podaje się do wołowej pieczeni i pasztetów.

Sos à la Financiere

1 szklanka bulionu brunatnego, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, 1 kieliszek madery, 1 łyżeczka cukru, 15 dkg móżdżku cielęcego, 1 cebula, 3 grzybki marynowane, 3 korniszony, sól, pieprz

Przyrządzić sos maderowy, jak wyżej. Móżdżek cielęcy opłukać dokładnie, obgotować z cebulą, pokrajać w drobną kostkę. Grzybki pokrajać w cienkie paseczki, korniszony w plasterki. Połączyć wszystkie dodatki (móżdżek, grzybki, korniszony) z sosem i pogotować razem chwilę, mieszając. Zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do cielęciny, drobiu i jaj.

Sos angielski

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, kawałek szpiku wołowego, sól, pieprz

Z masła i mąki uprażonej na złoty kolor zrobić zasmażkę i rozprowadzić ją ostrożnie bulionem. Ugotować osobno w osolonej wodzie szpik wołowy, pokrajać go w drobną kostkę i połączyć z sosem. Wymieszać razem i zagotować. Doprawić do smaku solą i pieprzem, zestawić z ognia.

Gorący sos podaje się do kotletów wołowych, cielęcych lub baraniny.

Sos Bordeaux

1/2 szklanki bulionu brunatnego, 1/4 szklanki czerwonego wina wytrawnego, 2 1/2 dkg masła, 2 1/2 dkg szpiku wołowego, liście laurowe, sól, pieprz, pietruszka zielona, 1 cebula

Cebulę obrać, opłukać, pokrajać w drobną kostkę, ugotować w czerwonym winie z liściem laurowym, solą i pieprzem. Dodać

bulion i gotować razem na małym ogniu do 1/2 objętości. Pod koniec gotowania wrzucić masło, przecedzić sos przez sito. Wrzucić bardzo drobno posiekany szpik wołowy oraz opłukaną, posiekaną drobno zieloną pietruszkę. Zagotować razem, następnie zestawić z ognia.

Gorący sos podaje się do mięsa wołowego smażonego lub pieczonego.

Sos węgierski

1/2 szklanki bulionu, 1/2 szklanki czerwonego wina wytrawnego, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, 2 cebule, jarzyny (pietruszka, marchewka, seler), 2 łyżki octu owocowego lub sok z cytryny, sól, cukier, 1/2 łyżki papryki, korzenie (gałka muszkatołowa, ziele angielskie itp.)

Z łyżki masła i mąki uprażonej na złoty kolor zrobić zasmażkę. Rozprowadzić ją ostrożnie bulionem. Jarzyny i cebule obrać, umyć, posiekać drobno i udusić w maśle wraz z korzeniami. Miękkie jarzyny przetrzeć przez sito, połączyć z sosem. Dodać sól, cukier, pieprz, paprykę, ocet, wino i wszystko razem pogotować chwilę mieszając, zestawić z ognia.

Gorący sos podaje się do pieczeni i dziczyzny, sztuki mięsa, zapiekanek.

Sos afrykański

1/2 szklanki bulionu brunatnego, 1/2 szklanki wina białego wytrawnego, 10 dkg cebuli, 2 pomidory, pieprz zielony, papryka, 1 ząbek czosnku, pietruszka zielona, liście laurowe, sól, cukier, olej

Cebulę obrać, opłukać, drobno posiekać, udusić na małym ogniu w oleju. 2 pomidory obrać ze skórki zalewając wrzątkiem, pokrajać w części i wrzucić do uduszonej cebuli. Opłukany, obrany zielony pieprz pokrajać w części, wrzucić do garnka, dusić razem dalej. Dodać sól, cukier, paprykę, utarty czosnek oraz opłukaną, pokrajaną drobno pietruszkę, liść laurowy i ziele angielskie. Gotować razem 10 minut. Przetrzeć przez sito, wlać białe wino i bulion. Pogotować jeszcze razem kilka minut.

Gorący sos podawać do mięsa.

Sos huzarski

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 kieliszek wina czerwonego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 kieliszek octu owocowego, 1 ząbek czosnku, 5 dkg szynki, seler, pietruszka, pieprz w ziarnkach, papryka, sól, szczypiorek

Włożyć do garnka umyte, oskrobane i drobno pokrajane: seler, pietruszkę, szczypiorek i czosnek. Zalać niewielką ilością wody i gotować na małym ogniu około 20 minut, dodając pod koniec pokrajaną w kostkę szynkę. Następnie wlać bulion, ocet i gotować jeszcze kilka minut. Z masła i mąki zrobić zasmażkę, rozprowadzić ją niewielką ilością sosu, połączyć z resztą sosu. Przetrzeć wszystko przez sito, wlać wino, dodać sól, pieprz, paprykę i raz jeszcze zagotować mieszając. Zestawić z ognia.

Gorący sos podaje się do dziczyzny i wołowej pieczeni.

Sos myśliwski

1 szklanka bulionu, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 4 dkg kiełbasy, 1/2 dkg grzybów suszonych, 1 cebula, 1/2 kiszonego ogórka, 1 kieliszek wina czerwonego wytrawnego, 1 łyżeczka musztardy, sól, pieprz, papryka

Dokładnie umyte grzyby ugotować w niewielkiej ilości wody. Miękkie grzyby pokrajać w cienkie paseczki. Z mąki, masła i cebuli umytej, drobno posiekanej, zrobić zasmażkę. Rozprowadzić zasmażkę wywarem z grzybów i bulionu. Ogórki i kiełbasę pokrajać drobno, połączyć z sosem, dodać wino, sól, pieprz, musztardę i paprykę do smaku. Zagotować razem, mieszając.

Gorący sos podawać do dziczyzny, pieczeni wołowej lub baraniej.

Sos pieczarkowy z winem

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 10 dkg pieczarek, 1 kieliszek wina czerwonego, sól, pieprz

Dokładnie oczyszczone z piasku pieczarki umyć w ciepłej wodzie, drobno pokrajać i usmażyć w części masła. Z pozosta-

łego masła i mąki uprażonej na złoty kolor przyrządzić zasmażkę. Rozprowadzić ją bulionem, dodać usmażone pieczarki, wino, sól i pieprz. Wymieszać dobrze, raz jeszcze zagotować.

Gorący sos podawać do pieczeni, makaronu, kaszy i zapiekanek.

Sos pieczarkowy z żółtkami

1/2 szklanki bulionu białego, 1/2 szklanki wina białego wytrawnego, 10 dkg pieczarek, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 2 żółtka, 1 mała cebula, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, sól, pieprz

Oczyszczone i dokładnie umyte pieczarki pokrajać w plasterki i udusić z masłem i drobno posiekaną cebulą. Miękkie pieczarki osolić, zasypać mąką, podsmażyć. Rozprowadzić zasmażkę bulionem i winem, zagotować mieszając. Zaprawić sos żółtkami, wymieszać dokładnie, ogrzać na małym płomieniu, ale nie gotować, gdyż w czasie gotowania może się sos zważyć. Dodać sól, pieprz i sok z cytryny.

Gorący sos podaje się do pieczeni i zapiekanek, makaronu, kaszy, krokietów ziemniaczanych.

Sos grzybowy

2 dkg grzybów suszonych, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 mała cebula, włoszczyzna, zielona pietruszka, sól, pieprz, cukier

Umyć dokładnie grzyby w ciepłej wodzie. Cebulę upiec lekko na blasze. Włoszczyznę oczyścić i umyć. Ugotować do miękkości grzyby z włoszczyzną i podpieczoną cebulą, przecedzić wywar. Z masła i mąki uprażonej na złoty kolor zrobić zasmażkę, rozprowadzić ją 1 szklanką wywaru z grzybów. Włożyć do sosu drobno pokrajane grzyby. Doprawić sos do smaku, dodając sól, pieprz i cukier. Opłukać zieloną pietruszkę, posiekać drobno i wsypać do sosu. Wymieszać wszystko dokładnie, zagotować.

Gorący sos podawać do pieczeni, makaronu i zapiekanek, kaszy, kotletów lub bitek.

Sos truflowy

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, kilka trufli, sól, pieprz, cukier

Namoczyć trufle na jakiś czas w letniej wodzie, aby łatwiej usunąć z ich powierzchni ziemię. Umyć dokładnie w kilku wodach, oczyścić szczotką. Oczyszczone trufle pokrajać w paseczki i ugotować w niewielkiej ilości wody lub w bulionie. Z masła i mąki uprażonej na złoty kolor zrobić zasmażkę. Rozprowadzić ją rosołem z trufli, bulionem, doprawić solą, cukrem i pieprzem. Dodać trufle i razem zagotować mieszając. Gotowy sos zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do pieczeni, dziczyzny i klopsów.

Sos nelsoński

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 dkg grzybów suszonych, 6 dkg śmietany, 1 cebula, sól, pieprz

Grzyby dobrze umyć w ciepłej wodzie i ugotować do miękkości w niewielkiej ilości wody. Z masła i mąki uprażonej na złoty kolor zrobić zasmażkę, dodać drobno posiekaną cebulę. Rozprowadzić zasmażkę bulionem i wywarem z grzybów. Zagotować razem mieszając, po czym dodać do sosu pokrajane w drobne paseczki grzyby. Doprawić sos solą i pieprzem, zaprawić śmietaną i mieszając podgrzać dobrze, ale nie zagotować.

Gorący sos podawać do mięsa, zapiekanek i ziemniaków.

Sos prowansalski

1 szklanka bulionu, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 5 dkg koncentratu pomidorowego, 1 cebula, 1 ząbek czosnku, 1 kieliszek wina białego wytrawnego, sól, pieprz, papryka

Cebulę obrać, opłukać, pokrajać w drobną kostkę i usmażyć na maśle. Dodać mąkę, zasmażyć razem. Wymieszać z koncen-

tratem pomidorowym i papryką, poddusić chwilę wszystko. Rozprowadzić zasmażkę bulionem, dodać utarty czosnek, wino. Doprawić do smaku solą i pieprzem, zagotować razem mieszając. Zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do sztuki mięsa.

Sos ziemniaczany (à la maitre d'hotel)

1 szklanka bulionu, 35 dkg ziemniaków, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, włoszczyzna, zielona pietruszka, sól pieprz

Obrane i dobrze opłukane ziemniaki pokrajać w cząstki, ułożyć w rondlu obsypując mąką. Dodać masło, sól, pieprz i opłukaną, drobno posiekaną zieloną pietruszkę. Poddusić chwilę razem. Włoszczyznę oczyścić, opłukać, ugotować w niewielkiej ilości osolonej wody. Dodać do uduszonych ziemniaków bulion mięsny i wywar z włoszczyzny, wymieszać dobrze i ugotować na małym ogniu, aż ziemniaki będą zupełnie miękkie. Ugotowaną włoszczyznę, pokrajaną w drobną kostkę, dodać do sosu, zagotować razem.

Gorący sos podawać do mięsa.

Sos z grzankami

1 szklanka bulionu białego, 3 dkg masła, 5 dkg miękiszu chleba, 2½ dkg chudej szynki, 1 mała cebula, zielona pietruszka, sok z cytryny lub kawałek cytryny albo ocet owocowy

Szynkę pokrajać w drobną kostkę, cebulę obrać, opłukać, posiekać, wrzucić do gorącego bulionu cebulę i szynkę, pogotować na małym ogniu około 10 minut. Miękisz chleba pokrajać w kostkę, usmażyć na maśle, wrzucić do bulionu. Dodać zieloną pietruszkę opłukaną i drobno posiekaną. Zakwasić, dodać sól, cukier do smaku. Wszystko dobrze wymieszać, zagotować razem.

Gorący sos podaje się do pieczonego drobiu i cielęciny, zapiekanek, ziemniaków.

Sos chlebowy (pauvre homme)

1 szklanka bulionu białego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 kieliszek octu owocowego, 1 mała cebula, 1 łyżeczka posiekanej zielonej pietruszki, 1 łyżeczka chleba utartego, sól, cukier

Z połowy masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją octem, dodać bulion i pogotować razem chwilę, mieszając. Cebulę obrać, opłukać, pokrajać w kostkę i usmażyć, nie rumieniąc, w pozostałej części masła. Pietruszkę opłukaną posiekać drobno. Połączyć cebulę i pietruszkę z sosem, dodać utarty chleb, sól, cukier do smaku. Dobrze wymieszać, zagotować, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do mięsa.

Sos śledziowy

1 szklanka bulionu, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 śledź, 1 cebula, 1 łyżka soku z cytryny (kwasek cytrynowy lub ocet owocowy)

Wymoczyć, obrać i oczyścić z ości śledzia. Posiekać go drobno z umytą, obraną cebulą i połową masła. Z pozostałej części masła zrobić zasmażkę z mąką. Zmieszać zasmażkę z posiekanym śledziem i raz jeszcze podsmażyć. Wlać bulion, wymieszać dokładnie i zagotować razem, wcisnąć sok z cytryny albo dodać kwasek cytrynowy lub ocet, wymieszać, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do pieczeni.

Sos rakowy

1 szklanka bulionu białego, 2 łyżki masła rakowego, 1 łyżka mąki, 10 dkg śmietany, 2 żółtka, szyjki i nóżki rakowe, sól, cukier

Masło rakowe utrzeć z mąką, rozprowadzić bulionem i gotować, ciągle mieszając. Obrać ze skorupek szyjki i nóżki rakowe, dodać do sosu. Utrzeć żółtka ze śmietaną i połączyć

z sosem, mieszając dobrze. Dodać sól i cukier do smaku, wymieszać. Podgrzać dobrze na płycie kuchennej (nie gotować).

Gorący sos podawać do drobiu, cielęciny, antrykotów, potrawki z ryżu.

Sos jałowcowy

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, garść jałowca, sok z cytryny lub ocet, sól, cukier

Z masła i mąki zrobić zasmażkę. Rozprowadzić ją ostrożnie bulionem, zagotować mieszając. Jagody jałowca utłuc dobrze w moździerzu, przesiać i zalać 2 łyżkami octu lub sokiem z cytryny. Wrzucić jałowiec do sosu i pogotować chwilę razem, dodając sól i cukier do smaku.

Gorącym sosem zalewać pieczeń baranią, wieprzową lub wołową, wymieszać razem dobrze, zestawić z ognia.

Sos porzeczkowy

1 szklanka bulionu brunatnego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 10 dkg dżemu z czarnych porzeczek, 1 kieliszek czerwonego wina, zielona pietruszka, liście laurowe, pieprz, sól, cukier

Rozprowadzić dżem bulionem, dodać przyprawy: pieprz, sól, cukier, liść laurowy, posiekaną zieloną pietruszkę, zagotować razem mieszając. Dodać wino i pogotować jeszcze chwilę. Zaprawić sos mąką, wyrabiając ją uprzednio w niewielkiej ilości zimnego sosu lub wody. Pogotować razem kilka minut, przecedzić. Dodać masło, wymieszać, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do zająca, kotletów, bitek itp.

Sos głogowy

1 szklanka bulionu, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 20 dkg głogu świeżego lub 10 dkg dżemu z głogu, 1 kieliszek wina wytrawnego, goździki, liść laurowy, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy lub ocet owocowy, sól, cukier

Oczyszczony i umyty głóg ugotować do miękkości. Ugotowany głóg przetrzeć przez sito, odstawić. Z masła i mąki sporządzić zasmażkę, rozprowadzić ją bulionem, dodać goździki, liść laurowy, i wino, gotować przez kilka minut mieszając. Przecedzić sos, dodać przetarty głóg, doprawić do smaku solą, cukrem i sokiem z cytryny (lub kwaskiem cytrynowym albo octem). Podgrzać sos na płycie. Zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do pieczeni i drobiu.

SOSY BULIONOWE RYBNE

Na bulionie rybnym podobnie jak na mięsnym, przyrządza się cały szereg różnych sosów, dodając do nich odpowiednie przyprawy, jarzyny, pomidory, raki itp.

Sosy przygotowane na bulionie rybnym mogą być podawane tylko do ryb i potraw rybnych.

Sos biały

1 szklanka bulionu, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy lub ocet owocowy, sól, pieprz, cukier, 1 kieliszek białego wina

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją ostrożnie bulionem, mieszając dobrze, zagotować tak, aby nie utworzyły się grudki. Dodać do smaku sól, pieprz, cukier i sok z cytryny lub kwasek cytrynowy (ocet). Pogotować kilka minut, dodając wino. Przecedzić sos przez sito, podgrzać mieszając, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do smażonej i gotowanej ryby.

Sos biały z jajami

1 szklanka bulionu, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 2 jaja, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, sól, pieprz, cukier, zielona pietruszka

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją bulionem, zagotować mieszając. Ugotować jaja na twardo, obrać ze skorupek i pokrajać drobno. Włożyć jaja do sosu, dodać do smaku sól, pieprz, cukier, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy. Zieloną pietruszkę opłukać, posiekać drobno i wrzucić do sosu. Wymieszać razem, podgrzać i zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do ryby z wody.

Sos rakowy

1 szklanka bulionu, 2 łyżki masła rakowego, 1 łyżka mąki, 1 kieliszek wina białego wytrawnego, 1 cebula 2 pietruszki, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, sól, pieprz

Pietruszkę i cebulę obrać, opłukać, drobno pokrajać i ugotować w bulionie na małym ogniu. Przed zakończeniem gotowania wlać wino, dodać do smaku sól, pieprz i sok z cytryny. Zaprawić sos mąką, rozrabiając ją w niewielkiej ilości zimnego płynu, zagotować. Przecedzić sos przez sito, dodać masło rakowe, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do ryb smażonych i gotowanych.

Sos francuski

1 szklanka bulionu, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 2 łyżki sera tylżyckiego, sól, cukier, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją ostrożnie bulionem, zagotować mieszając nieustannie. Dodać sól, pieprz, cukier, nieco soku z cytryny lub kwasku cytrynowego do smaku. Wszystko dobrze wymieszać, zestawić z ognia. Tłusty ser tylżycki utrzeć, wrzucić do sosu.

Gorący sos podawać do ryby gotowanej lub smażonej.

Sos węgierski

1/2 szklanki bulionu, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, 2 żółtka, 8 ostryg, sól, pieprz, cukier

Ugotować ostrygi w 1/2 szklance wody. Z połowy masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją wywarem z ostryg. Zagotować razem, połączyć z bulionem rybnym, pogotować wszystko kilka minut. Utrzeć żółtka w kubeczku, zaprawić nimi sos, wymieszać, dodając sól, pieprz i cukier do smaku. Przecedzić sos przez sito, dodać resztę masła, wymieszać dokładnie i ogrzać na płycie, nie dopuszczając do wrzenia sosu. Dodać drobno posiekane ostrygi, zestawić sos z ognia.

Gorący sos podawać do ryb.

Sos pomidorowo-prowansalski

1 szklanka bulionu, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, 12 dkg przecieru pomidorowego, 1 kieliszek białego wina, 1 cebula, marchew, pietruszka, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, pieprz, sól, ziele angielskie, liść laurowy, 2 ząbki czosnku, 10 dkg pieczarek

Sos pomidorowo-prowansalski przygotowywany jest w taki sposób, jak sos pomidorowo-jarzynowy (patrz wyżej). Dusząc jarzyny i korzenie z masłem, należy dodać także drobno posiekane pieczarki i czosnek.

Gorący sos podawać do ryby zapieczonej i gotowanej.

Sos pomidorowo-jarzynowy

1 szklanka bulionu, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, 12 dkg przecieru pomidorowego, 1 kieliszek białego wina wytrawnego, 1 cebula, marchew, pietruszka, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy albo ocet owocowy, sól, pieprz, cukier, ziele angielskie, liście laurowe

Z łyżki masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją ostrożnie bulionem, zagotować mieszając. W pozostałej części masła udusić przecier pomidorowy z drobno posiekaną cebulą,

jarzynami i korzeniami. Uduszone jarzyny włożyć do sosu i gotować na małym ogniu około 20 minut, często mieszając. Doprawić sos do smaku, dodając sól, pieprz, cukier i sok z cytryny (kwasek cytrynowy lub ocet). Zagotować sos, przecedzić. Wlać wino i wymieszać razem.

Gorący sos podaje się do smażonej ryby.

Sos ogórkowy

1 szklanka bulionu, 1/4 szklanki octu od ogórków konserwowych, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, 1 kieliszek wina białego wytrawnego, 2 ogórki konserwowe, kilka grzybków marynowanych, sól, pieprz, cukier (1/2 cytryny, zielona pietruszka)

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją bulionem, dobrze wymieszać. Dodać przecedzony ocet z ogórków i zagotować razem. Ogórki obrać i pokrajać drobno. Kilka marynowanych grzybków pokrajać, połączyć wszystko z sosem. Dodać wino, sól, cukier, pieprz do smaku. Wymieszać razem. Przy podaniu można włożyć do sosu szyjki rakowe, plasterki cytryny lub posypać go zieloną pietruszką.

Gorący sos jest wykwintnym dodatkiem do wszelkich potraw rybnych.

Sos musztardowy

1/2 szklanki bulionu, 1/2 szklanki wina, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 3 żółtka, 2—3 łyżki musztardy, 1/2 cytryny, sól, pieprz, cukier, ziele angielskie, liść laurowy

Zagotować bulion z winem. Dodać musztardę, masło, kilka plasterków cytryny, korzenie i powtórnie zagotować. Doprawić do smaku solą, pieprzem i cukrem, zestawić z ognia. Żółtka utrzeć z mąką i odrobiną wody. Zaprawić sos żółtkami, ostrożnie podgrzewać na małym ogniu, mieszając nieustannie, aby żółtka się nie zważyły; nie gotować już sosu.

Gorącym sosem zalewać sandacza, lina lub szczupaka.

SOSY BULIONOWE JARZYNOWE

Sosy te sporządza się na bulionach (wywarach) z różnych jarzyn.

Sos kalafiorowy z serem

1 szklanka wywaru z kalafiorów, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, 15 dkg śmietany, 5 dkg ostrego sera, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, sól, cukier, zielona pietruszka

Z masła i mąki zrobić jasnozłotą zasmażkę, rozprowadzić ją wywarem z kalafiorów, zagotować mieszając nieustannie. Dodać utarty ser, zaprawić sos śmietaną, doprawić do smaku solą, cukrem i kwaskiem cytrynowym. Sosem tym polewa się ugotowane kalafiory.

Można także sos taki przygotować z wywaru szparagów. Podaje się go wtedy do ugotowanych szparagów.

Sos sycylijski

1 szklanka wywaru z jarzyn, 1 ugotowana marchewka, 1 ugotowana kalarepka, 2 surowe pomidory, 1 cebula, 1 łyżeczka mąki, 1/8 l oliwy lub oleju arachidowego, sól, pieprz, cukier, cytryna (kwasek cytrynowy lub ocet owocowy)

Obraną i opłukaną cebulę oraz pomidory pokrajać w kostkę. Pokrajać również drobno wyjętą z wywaru marchewkę i kalarepkę. Włożyć wszystko do rondla, zalać szklanką wywaru z jarzyn, dodać sól, pieprz cukier, i zagotować pod przykryciem. Po zagotowaniu wlać oliwę (olej), wymieszać wszystko i dusić około 10 minut na małym ogniu. Następnie rozrobić mąkę z niewielką ilością wody, połączyć z sosem i raz jeszcze zagotować mieszając. Doprawić do smaku, dodając sól, pieprz, cukier i sok z cytryny (kwasek cytrynowy lub ocet). Jeśli ktoś lubi, można dodać do sosu utarty na masę czosnek.

Gorący sos podaje się do nóżek, gotowanego mięsa i ryb.

Sos grzybowo-owocowy

1 szklanka bulionu grzybowego, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, 3 dkg śliwek suszonych, 1 dkg rodzynków, 3 dkg przecieru pomidorowego, 5 dkg cukru, sól, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy

Z mąki i masła zrobić białą zasmażkę. Dodać do niej przecier pomidorowy, rozprowadzić bulionem, wymieszać, zagotować razem. Śliwki i rodzynki dobrze umyć w ciepłej wodzie. Oddzielić śliwki od pestek, drobno pokrajać. Wsypać rodzynki i śliwki do sosu, pogotować chwilę razem. Doprawić sos do smaku cukrem, solą, kwaskiem cytrynowym lub sokiem z cytryny, wymieszać dobrze, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do kotletów, bitek oraz potraw jarskich (krokietów z ziemniaków, zapiekanek).

Sos grzybowy z boczkiem

1 szklanka bulionu grzybowego, 10 dkg boczku wędzonego, 1 łyżka mąki, sól, pieprz, zielona pietruszka

Drobno pokrajany boczek usmażyć. Ze stopionego tłuszczu i mąki sporządzić białą zasmażkę. Rozprowadzić zasmażkę bulionem grzybowym i zagotować mieszając. Dodać usmażony boczek, sól, pieprz do smaku, wymieszać dobrze i powtórnie zagotować. Zestawić sos z ognia i wsypać do niego drobno posiekaną, zieloną pietruszkę.

Gorący sos podawać do potraw jarskich, ziemniaków, kasz, makaronu i zapiekanek.

Sos truflowy

Kilka trufli, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, 1 kieliszek madery, jarzyny (1/2 marchewki, pietruszki, selera), ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, cukier

Świeże trufle dokładnie oczyścić, umyć szczotką w kilku wodach, pokrajać w paseczki. Jarzyny oskrobać, umyć, pokrajać w drobną kostkę. Pokrajane jarzyny i trufle wraz z korzeniami

udusić w rondlu z masłem. Po 15 minutach wlać maderę, dodać sól, pieprz i cukier do smaku. Rozrobić mąkę w odrobinie wody, połączyć z sosem. Wymieszać wszystko dobrze i zagotować na małym ogniu, dolewając nieco wody.

Podawać gorący sos do pieczeni.

Sos huzarski z chrzanem

20 dkg grzybów suszonych lub kilka świeżych, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, sok z cytryny, kwasek cytrynowy lub ocet owocowy, 1 cebula, korzeń chrzanu, sól, pieprz, cukier

Umyte i oczyszczone grzyby ugotować w 1 szklance wody. Oczyszczony dokładnie chrzan sparzyć wodą, utrzeć na tarce, utrzeć również obraną i opłukaną cebulę. Z masła i mąki zrobić zasmażkę, rozprowadzić ją wywarem z grzybów, zagotować razem mieszając. Dodać utarty chrzan i cebulę oraz drobno posiekane grzyby. Doprawić sos do smaku, dodając sól, pieprz, cukier i sok z cytryny (kwasek lub ocet). Wymieszać go dobrze i powtórnie zagotować. Zestawić sos z ognia.

Gorący sos podawać do pieczeni wołowej.

SOSY OWOCOWE

Sos borówkowy

25 dkg borówek, 12½ dkg cukru, 2 łyżki mąki ziemniaczanej, 1 kieliszek wina białego, cynamon, ⅓ l wody

Umyte w kilku wodach borówki zalać zimną wodą i gotować. Miękkie borówki przetrzeć przez sito, a wywar odstawić. Do przetartych borówek dodać cukier, cynamon, wino, zalać je wywarem z borówek i pogotować kilka minut. Następnie rozrobić mąkę ziemniaczaną zimną wodą, połączyć z sosem, zagotować wszystko raz jeszcze, mieszając. Zestawić sos z ognia.

Gorący sos podawać do pieczonego drobiu i cielęciny.

Sos z czerwonych porzeczek

25 dkg porzeczek, 1 łyżka masła, 1 1/2 łyżki tartej bułki, 12 1/2 dkg cukru, 1 szklanka wina wytrawnego, cynamon, sos od pieczonego mięsa

Usmażyć tartą bułkę z masłem. Porzeczki umyć, obrać z szypułek i przetrzeć przez sito. Przetarte porzeczki zalać w garnku winem. Wsypać cukier, cynamon i usmażoną z masłem bułkę. Dodać nieco sosu od pieczonego mięsa i wszystko razem zagotować. Wymieszać dobrze i zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do pieczonego zająca i cielęciny.

Sos wiśniowy z powideł

1 szklanka powideł wiśniowych, 1 szklanka wina wytrawnego, 1 łyżka mąki ziemniaczanej, cukier, cynamon, goździki, sos z pieczeni

Poddusić chwilę powidła z sosem pieczeniowym. Wlać wino, dodać cynamon, cukier, goździki, zagotować razem mieszając. Rozrobić mąkę ziemniaczaną w niewielkiej ilości zimnej wody, połączyć z sosem. Zagotować razem, mieszając. Przetrzeć przez sito.

Sosem polewa się pieczeń pokrajaną w plastry lub podaje się sos do pieczonego mięsa.

Sos wiśniowy czysty

3 łyżki dżemu wiśniowego, 1/2 łyżki mąki ziemniaczanej, 1/2 cytryny (kwasek cytrynowy lub ocet owocowy), 1 kieliszek wina, cukier, 2 goździki

Dżem zalać w rondelku szklanką wody, zagotować. Wrzucić goździki, mąkę rozrobić w odrobinie zimnej wody, połączyć z sosem, zagotować razem mieszając nieustannie, aby nie utworzyły się grudki. Zestawić sos z ognia, dodać do smaku cukier i sok z cytryny lub kwasek cytrynowy.

Podawać gorący sos do cielęciny i drobiu.

Sos węgierski (śliwkowy)

6 łyżek dżemu śliwkowego, 1/2 szklanki białego wina, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, cukier, cynamon, goździki, sos od pieczeni

Dodać do sosu pieczeniowego dżem, wino gronowe i dobrze wszystko wymieszać. Wrzucić goździki i cynamon, dodać do smaku cukier, nieco soku z cytryny. Wszystko dobrze wymieszać. Jeśli sos jest bardzo rzadki, można go nieco wygotować.

Podawać sos do mięsa wołowego i cielęciny.

SOSY MIĘSNE

Sosy mięsne stanowią specjalną grupę sosów o wysokiej wartości odżywczej, zawierających w swym składzie znaczny dodatek mięsa lub wędliny. Sosy te są doskonałym dodatkiem do wszelkich potraw mącznych (klusek, makaronów itp.), ziemniaków i zapiekanek.

Ze względu na bardzo łatwy i szybki sposób ich przygotowywania powinny znaleźć one szerokie zastosowanie w naszej kuchni.

Sos mięsny pospolity

25 dkg mięsa wieprzowego, 2 łyżki tłuszczu, 1 łyżka mąki, 1 cebula, sól, pieprz, cukier, kolender, liść bobkowy, papryka

Opłukane mięso oddzielić od kości, pokrajać w kostkę, osolić i zrumienić na części tłuszczu w rondlu, dodając pod koniec duszenia drobno posiekaną cebulę i pieprz. Oddzielone od mięsa kości zalać niewielką ilością wody, wrzucić liść bobkowy, ko-

lender i gotować. Z mąki i pozostałej części tłuszczu zrobić zasmażkę, rozprowadzić ją wywarem z kości (kości należy usunąć z wywaru). Połączyć sos z usmażonym mięsem, zagotować razem. Doprawić sos do smaku solą, pieprzem i papryką, wymieszać dobrze, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać jako dodatek do makaronu, kasz i ziemniaków.

Sos mięsny z konserwy

25 dkg konserwy mięsnej, 1 łyżka tłuszczu, 1 łyżka mąki, 1 cebula, pieprz, sól, cukier (karmel), papryka

Z tłuszczu, mąki i drobno posiekanej cebuli zrobić zasmażkę. Rozprowadzić ją niewielką ilością zimnej wody (około 1/2 szklanki), zagotować razem mieszając. Połączyć z konserwą mięsną. Zrobić z cukru karmel, zabarwić nim sos, doprawić do smaku, dodając sól, pieprz i paprykę. Dobrze wszystko wymieszać, zagotować, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do klusek, ziemniaków, kasz i jarzyn.

Sos mięsny pomidorowy

25 dkg mięsa wieprzowego, 25 dkg pomidorów świeżych lub 5 dkg przecieru pomidorowego, 1 cebula, 2 łyżki tłuszczu, 1 łyżka mąki, sól, pieprz, liść bobkowy, kolender, papryka

Sposób wykonania sosu jest taki, jak „sosu mięsnego pospolitego". Należy dodać jeszcze ugotowane przetarte pomidory.

Sos mięsny z konserwy z pomidorami

25 dkg konserwy mięsnej, 1 łyżka tłuszczu, 1 łyżka mąki, 1 cebula, 5 dkg przecieru pomidorowego, cukier (karmel), sól, pieprz, papryka

Sposób wykonania jest taki, jak „sosu mięsnego z konserwy". Należy przed dodaniem mięsa do zasmażki, zmieszać ją z przecierem pomidorowym.

Sos pomidorowy z kiełbasą

20 dkg kiełbasy, 2 łyżki tłuszczu, 5 dkg przecieru pomidorowego, sól, pieprz, 1 łyżka mąki, 1 cebula, cukier, papryka

Z tłuszczu, drobno posiekanej cebuli i mąki zrobić jasnozłotą zasmażkę. Rozprowadzić zasmażkę niewielką ilością zimnej wody, dobrze mieszając zagotować. Dodać przecier pomidorowy, sól, pieprz, cukier, paprykę do smaku. Wymieszać wszystko. Kiełbasę obrać ze skórki, pokrajać w kostkę, wrzucić do sosu i chwilę pogotować razem, często mieszając. Zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do ziemniaków, makaronu, kasz i jarzyn.

Sos rosyjski

20 dkg kiełbasy, 1 łyżka masła, 2 cebule, 2 łyżki przecieru pomidorowego, 1 szklanka śmietany, sól, pieprz, 5 dkg ostrego sera

Obraną i umytą cebulę posiekać drobno, udusić z masłem. Kiełbasę obrać ze skórki, pokrajać w plasterki lub w kostkę, ułożyć w rondlu zalewając uduszoną cebulą, wymieszać. Śmietanę rozbić z przecierem pomidorowym. Zalać kiełbasę śmietaną, dodać sól, pieprz do smaku, wymieszać razem, podgrzać dobrze na ogniu. Gorący sos posypać w sosjerce utartym serem i podawać do makaronu, klusek i ziemniaków.

Zamiast kiełbasy można również użyć do sosu rybę smażoną lub wędzoną, obraną dokładnie z ości.

Sos mózgowy

30 dkg mózgu, 1/2 szklanki mleka, 2 łyżki masła, 2 łyżki mąki, 10 dkg śmietany, 1 cebula, sól, pieprz, ocet owocowy lub kwasek cytrynowy

Obgotować lekko mózg w wodzie zakwaszonej octem. Odcedzony mózg obrać z błon, posiekać. Obraną, drobno pokrajaną

cebulę zasmażyć z masłem i mąką. Rozprowadzić zasmażkę zimnym mlekiem, dodać śmietanę, podgrzać razem, mieszając. Wrzucić posiekany mózg, sól i pieprz. Wymieszać razem, zagotować.

Gorący sos podawać do grzanek i jarzyn.

Sos mózgowy purée

25 dkg mózgu, 1 szklanka sosu beszamel, sól, pieprz

Ugotować mózg w słonej wodzie, przetrzeć przez sito. Wrzucić przetarty mózg do gorącego sosu (beszamelu przygotowanego według przepisu na str. 64), dodać sól, pieprz do smaku, doskonale wymieszać, przetrzeć przez sito. Zagotować sos, zestawić z ognia.

Sos można podawać na zimno i gorąco do jarzyn, jaj, białego mięsa itp.

Sos wątrobowy purée

20 dkg wątroby, 1 szklanka białego sosu, 1 żółtko, sól, pieprz

Ugotować wątrobę do miękkości. Posiekać lub skręcić na maszynce, przetrzeć przez sito. Połączyć przetartą wątrobę z gorącym sosem (białym sosem przygotowanym wg przepisu na str. 32), wymieszać razem. Dodać sól, pieprz do smaku, zaprawić sos żółtkiem; mieszając ogrzać lekko sos, zestawić z ognia.

Sos gorący podaje się do jaj i ziemniaków purée.

Sos paprykowy z cielęciną

1/4 kg cielęciny (resztki pieczeni lub gotowanego mięsa), 1/4 kg jabłek, 1 duża cebula, 1 łyżeczka papryki, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, 2 kostki bulionowe, sól, pieprz, cukier

Jabłka obrać, pokrajać w ćwiartki, usuwając gniazdka. Obrać i umyć cebulę, posiekać w kostkę, usmażyć na maśle dodając mąkę. Włożyć do zasmażki pokrajane jabłka i dusić razem pod

przykryciem, aż będą miękkie. Resztki pieczonej lub gotowanej cielęciny skręcić na maszynce lub posiekać tasakiem. Połączyć cielęcinę z uduszonymi jabłkami. Kostki bulionowe rozpuścić w niewielkiej ilości wody, dodać do sosu. Wymieszać razem, doprawić do smaku dodając sól, pieprz, cukier, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy i paprykę. Wymieszać i raz jeszcze zagotować. Zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do ziemniaków, klusek i kasz.

Sos mięsny purée

25 dkg mięsa wołowego, 1 szklanka sosu białego, sól, pieprz

Udusić wołowinę, skręcić na maszynce, wrzucić do gorącego białego sosu (przygotowanego wg przepisu na str. 32). Wymieszać doskonale, zagotować razem, zestawić z ognia.

Podawać sos do wszelkich jarzyn, do potraw mącznych oraz do jaj.

Sos z baraniną

25 dkg resztek upieczonej lub duszonej baraniny, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 cebula, 2 kostki bulionowe, kilka grzybków, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, sól, pieprz, cukier, 1 kieliszek wina

Z masła, cebuli i mąki zrobić białą zasmażkę. Kostki bulionowe rozpuścić w wodzie, połączyć z zasmażką. Zagotować mieszając bezustannie. Wrzucić kilka obgotowanych, drobno posiekanych grzybków, gotować kilka minut pod przykryciem. Wlać wino, wcisnąć sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, wrzucić pokrajaną w kostkę baraninę, wymieszać razem. Doprawić sos dodając sól, pieprz i cukier do smaku.

Podawać gorący sos do ziemniaków.

Sos ogórkowy z baraniną

25 dkg resztek upieczonej lub duszonej baraniny, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 cebula, 1 ogórek kwaszony, 2 kostki bulionowe, sól, pieprz, cukier

Obraną, umytą cebulę pokrajać w kostkę i usmażyć na maśle dodając mąkę. Kostki bulionowe rozpuścić w 1/2 szklance wody. Rozprowadzić zasmażkę zimnym bulionem i zagotować mieszając ciągle. Z łyżeczki cukru zrobić karmel, połączyć z sosem. Baraninę oraz ogórek kwaszony pokrajać w drobną kostkę, dodać do sosu. Dodać sól, pieprz, cukier do smaku, dobrze wszystko wymieszać, zagotować. Zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do ziemniaków, kaszy i jarzyn.

SOSY ŚMIETANOWE

Sos beszamel

1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 25 dkg śmietany, sól, pieprz, cukier

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją zimną wodą lub wywarem z jarzyn. Zagotować mieszając. Zaprawić śmietaną, dodać sól, pieprz, cukier do smaku, dobrze wymieszać, zestawić z ognia. Sos podaje się do mięsa, ryb, potraw jarskich.

Można dodać do sosu drobno posiekany koperek, szczypiorek lub zieloną pietruszkę. Otrzymuje się w ten sposób różne odmiany sosów: koperkowy, szczypiorkowy, pietruszkowy.

Sos pomidorowy

25 dkg śmietany, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 5 dkg przecieru pomidorowego, 1 cebula, sól, pieprz, cukier

Sos przygotowuje się w taki sposób, jak sos śmietanowy z cebulą. Należy tylko do zasmażki dodać przecier pomidorowy.

Gorący sos podawać do makaronu, kaszy i mięsa.

Sos beszamel z serem

25 dkg śmietany, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 2 żółtka, 3 dkg sera tylżyckiego, kilka łyżek mleka, sól, pieprz, kwasek cytrynowy lub sok z cytryny

Z masła i mąki zrobić zasmażkę. Rozprowadzić ją zimnym mlekiem, dobrze wymieszać i zagotować. Dodać śmietanę, sól, cukier oraz kwasek do smaku lub sok z cytryny. Zagotować szybko razem. Rozbić żółtka, połączyć z sosem, wymieszać, wrzucić utarty ser. Podgrzać lekko sos mieszając (nie gotując).

Sos używa się do zapiekania wszelkich potraw mięsnych i jarskich.

Sos śmietanowy z cebulą

25 dkg śmietany, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 duża cebula, sól, pieprz, cukier, 1/2 szklanki wody

Drobno posiekaną cebulę usmażyć na maśle, dodać mąkę, rozprowadzić wodą, zagotować. Zaprawić sos śmietaną, dodać sól, pieprz, cukier, dobrze wymieszać, zestawić z ognia.

Gorący sos podaje się do potraw mięsnych i kotletów.

Sos chrzanowy

25 dkg śmietany, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, chrzan, kwasek cytrynowy lub ocet owocowy, sól, pieprz, cukier, liść laurowy, ziele angielskie

Chrzan oskrobać, umyć, utrzeć na tarce. Rozpuścić połowę masła, usmażyć na nim lekko chrzan (dla usunięcia nieprzyjemnego smaku). Dodać pieprz, liść bobkowy, ziele angielskie, wlać ocet lub kwasek cytrynowy, razem zagotować. Z pozostałej części masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją niewielką ilością zimnej wody (około 1/4 szklanki), mieszając zagotować. Zaprawić sos śmietaną. Połączyć sos śmietanowy z uduszonym chrzanem, dodać sól, cukier i kwasek cytrynowy do

smaku. Wymieszać razem, przecedzić i zagotować. Gotowy sos zestawić z ognia.

Gorący sos podaje się do sztuki mięsa, ryb, ozora, jak również używa się do zapiekania potraw mięsnych.

Sos grzybowy

25 dkg śmietany, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 25 dkg świeżych grzybów, 1 cebula, sól, pieprz, zielona pietruszka

Przebrać grzyby, odrzucając robaczywe i zbyt stare, oczyścić dokładnie, opłukać w kilku wodach i poszatkować drobno. Cebulę obrać, umyć i pokrajać w drobną kostkę. Włożyć grzyby i cebulę do rondla na rozpuszczone masło. Dusić pod przykryciem we własnym sosie, aż grzyby będą zupełnie miękkie. Dodać mąkę rozrobioną z niewielką ilością zimnej wody, wymieszać dobrze, dusić jeszcze chwilę. Doprawić solą i pieprzem do smaku. Zagotować razem, podlać wodą, dobrze wymieszać. Dodać śmietanę i drobno posiekaną pietruszkę. Gotowy sos zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do opiekanek z ziemniaków, kasz i makaronów.

Sos cytrynowy

25 dkg śmietany, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 cytryna, 1 żółtko, sól, pieprz, cukier

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją niewielką ilością zimnej wody, zagotować mieszając. Dodać śmietanę, sok i skórkę utartą z cytryny. Doprawić solą i cukrem do smaku, powtórnie zagotować. Zaciągnąć sos ubitym żółtkiem, wymieszać, podgrzać na małym ogniu (nie gotować). Do gotowego sosu włożyć można kilka cienkich plasterków cytryny.

Gorący sos podaje się do potrawki z kury i cielęciny oraz ryby.

Sos cytrynowy z pieczarkami

25 dkg śmietany, 2 żółtka, 1 cytryna, 15 dkg pieczarek, sól, pieprz, cukier

Żółtka oddzielone od białka utrzeć, połączyć ze śmietaną, dodać otartą skórkę z cytryny i ubijać mocno na parze, aż do zagęszczenia. Następnie wcisnąć sok z cytryny, dodać sól, pieprz i cukier do smaku. Pieczarki oczyścić, umyć dobrze w wodzie, pokrajać drobno, ugotować w niewielkiej ilości osolonej wody. Miękkie pieczarki wraz z wywarem połączyć z sosem, dobrze zmieszać i zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do pieczeni, jak również do potrawki z cielęciny.

Sos pieczarkowy

20 dkg pieczarek, 25 dkg śmietany, 2 żółtka, 1 łyżka mąki, 1 cytryna, 1 cebula, sól, pieprz, zielona pietruszka

Oczyścić i obrać grzyby, opłukać, pokrajać w drobne paski. Cebulę pokrajać w kostkę. Zalać wszystko wodą i gotować pod przykryciem na małym ogniu. Gdy grzyby są już miękkie, dodać sól i pieprz do smaku. Śmietanę rozbić z mąką i dodać do sosu. Wymieszać, raz jeszcze zagotować razem. Przed samym wydaniem zaciągnąć sos żółtkami, wcisnąć sok z cytryny i wrzucić posiekaną drobno, zieloną pietruszkę. Podgrzać lekko na małym ogniu, ale już nie gotować.

Gorący sos podawać do pieczeni, blinów, kaszy itp.

Sos szczawiowy

20 dkg śmietany, 1 łyżka masła, garść szczawiu, sól, pieprz, 1 łyżka mąki, cukier

Ugotować szczaw w niewielkiej ilości wody, odcedzić i drobno posiekać. Z masła i mąki zrobić zasmażkę. Rozprowadzić ją ostrożnie zimną wodą, w której gotował się szczaw, zagotować mieszając. Dodać do smaku sól, pieprz i cukier, zagotować po-

wtórnie. Zaprawić sos śmietaną, wymieszać razem i zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do zapiekanek z ziemniaków i ryżu oraz do sztuki mięsa.

Sos zielony (ravigote)

20 dkg śmietany, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, zielona pietruszka, koper, szczypiorek, sól, pieprz, cukier

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Pietruszkę, koper, szczypiorek umyć, drobno posiekać i ugotować w szklance wody. Przetrzeć zieleń przez sito. Ostudzonym smakiem rozprowadzić zasmażkę, dodać przetartą zieleninę, sól, pieprz, cukier do smaku. Zagotować sos, zaprawić śmietaną, wcisnąć sok z cytryny lub dodać kwasek cytrynowy, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do sztuki mięsa, cielęciny, zapiekanki, kiełbasy.

Sos ogórkowy

1 kiszony ogórek, 2 łyżki kwasu ogórkowego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1/8 l śmietany, zielona pietruszka, koper, 1 żółtko, sól, cukier (1/2 ząbka czosnku)

Z masła i mąki zrobić zasmażkę. Rozprowadzić ją w 1/2 szklance wody, wlać kwas ogórkowy oraz dodać drobno posiekany ogórek. Zagotować razem, mieszając.

Zieloną pietruszkę i koper opłukać, posiekać drobno i wsypać do sosu. Dodać śmietanę ubitą z żółtkiem. Zagrzać razem mieszając, ale już nie gotować. Do sosu można dodać 1/2 ząbka utartego czosnku.

Sos ten można także przygotować ze świeżego ogórka, dodając do smaku sok z cytryny.

Gorący sos podaje się do sztuki mięsa, kotletów, bitek lub pieczeni.

Sos selerowy

1 seler, 25 dkg śmietany, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 2 żółtka, 1/2 cytryny lub kwasek cytrynowy, sól, pieprz, cukier

Obrać, opłukać seler, ugotować w niewielkiej ilości wody. Miękki seler przetrzeć przez sito. Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją ostudzonym wywarem z selera. Dodać przetartą masę z selera, sól, pieprz oraz cukier do smaku. Zaprawić sos śmietaną, zagotować razem. Zaciągnąć sos żółtkami, wcisnąć sok z cytryny lub dodać kwasek cytrynowy. Mieszając podgrzać lekko — nie gotować.

Gorący sos podawać do kalafiorów, szparagów, kotletów jarzynowych.

Sos musztardowy

1/3 szklanki musztardy, 2/3 szklanki śmietany gęstej, cytryna, sól, pieprz

Zmieszać musztardę ze śmietaną, dodać sól, pieprz, sok z cytryny do smaku. Wymieszać razem i ubić trzepaczką, aby otrzymać lekki sos.

Sos grecki śmietanowy

2 łyżki masła, 1/2 łyżki mąki, 1/2 szklanki śmietany, 1/2 szklanki bulionu rybnego lub jarzynowego, 1/2 szklanki wina białego, 1 cebula, 1 seler, koper, liść laurowy, kolender, sól, pieprz

Udusić z łyżką masła posiekaną cebulę oraz pokrajany seler. Wrzucić posiekany koper i liść laurowy, zasypać mąką, dobrze razem wymieszać, aby nie utworzyły się grudki. Rozprowadzić sos winem, wrzucić kolender, gotować razem do 2/3 objętości pierwotnej. Dodać bulion, śmietanę oraz resztę masła. Dobrze razem wymieszać, przetrzeć przez sito, ogrzać na małym ogniu.

Gorący sos podawać do ryby.

Sos rzodkiewkowy

1 rzodkiew, 20 dkg gęstej śmietany, 1/2 szklanki mleka, 5 dkg chleba (miękiszu), cukier, sól, ocet owocowy lub kwasek cytrynowy

Chleb namoczyć w mleku. Rzodkiew umyć, obrać, utrzeć na tarce. Wymieszać utartą rzodkiew z wyciśniętym z mleka chlebem. Dodać sól i cukier do smaku. Dodać gęstą, dobrą śmietanę i ocet, dokładnie razem wymieszać, podgrzać na płycie kuchennej.

Podawać sos do sztuki mięsa i ryby gotowanej.

Sos śmietanowy do pieczeni

20 dkg śmietany, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, marchew, pomidor, kawałek selera, 2 cebule, 1/2 cytryny lub kwasek cytrynowy, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz, cukier

Jarzyny oskrobać, opłukać, pokrajać w drobną kostkę i udusić na maśle podlewając odrobiną wody. Pod koniec duszenia dodać korzenie i sól. Gdy jarzyny są zupełnie miękkie, podsypać je mąką, poddusić, rozprowadzić śmietaną. Dodać sok z cytryny lub kwasek cytrynowy i cukier do smaku. Jeśli sos jest za gęsty, dodać odrobinę wody. Przetrzeć sos przez sito, podgrzać, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do pieczeni, szczególnie do dziczyzny.

Sos holenderski

1/4 l śmietanki, 8 dkg masła, 2 dkg mąki, 2 żółtka, 1 cytryna lub kwasek cytrynowy, sól, pieprz, cukier

Rozkłócić mąkę w śmietance, mieszać na kuchni w rondlu, aż zgęstnieje masa. Dodać rozbite żółtka, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, sól, masło, cukier do smaku. Wszystko razem ubijać na małym ogniu, nie dopuszczając do zagotowania. Gotowy sos zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do białego mięsa i ryby.

Sos wiśniowy

1/4 l wiśni, 1/8 l śmietany, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, goździki, cukier

Rozgotować wiśnie w odrobinie wody, przetrzeć przez sito, zrobić zasmażkę z masła i mąki, zmieszać z przetartymi wiśniami. Dodać cukier, goździki i śmietanę. Zagotować mieszając nieustannie. Zestawić z ognia.

Podawać do sztuki mięsa i pieczeni.

Sos porzeczkowy

1/4 l porzeczek, 1/8 l śmietany, 1 łyżka mąki, cukier

Ugotować porzeczki z cukrem w 1 szklance wody. Przetrzeć przez sito, zagotować, podprawić śmietaną rozbitą z mąką. Jeśli przecier jest za kwaśny, dodać cukier. Zagotować sos mieszając.

Podawać sos do sztuki mięsa.

Sos agrestowy

1/4 l agrestu, 1/8 l śmietany, 1 łyżka mąki, cukier

Sposób przyrządzenia sosu, jak „sos porzeczkowy".

SOSY MLECZNE

Beszamel mleczny

1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1/4 l mleka, sól, cukier, sok z cytryny

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją zimnym mlekiem, dodając je powoli, małymi porcjami i mieszając nieustannie, aby nie utworzyły się grudki. Zagotować sos. Doprawić, dodając sól, cukier, sok z cytryny do smaku.

Sos beszamelowy używa się do zapiekania różnych potraw jarskich, jak również stanowi on podstawę wielu innych sosów.

Sos parmezan

1 szklanka sosu beszamel, 1/2 szklanki śmietany, 5 dkg parmezanu, 3 dkg masła, sól, cukier

Gorący sos beszamel połączyć ze śmietaną. Utarty na tarce ser wrzucić do sosu. Dodać masło, sól, cukier do smaku. Wymieszać wszystko. Podgrzać i zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do jaj, jarzyn oraz ryb.

Sos biały mleczny

1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1/4 l mleka, 1 żółtko, sól, cukier, sok z cytryny

Sposób przyrządzania sosu, jak „beszamel mleczny". Przed wydaniem należy sos doprawić żółtkiem. Zastosowanie sosu, jak beszamelu mlecznego.

Sos angielski

1 szklanka mleka, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, sól, pieprz, gałka muszkatołowa, 2 jaja

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją gotowanym mlekiem. Dodać sól, pieprz oraz utartą gałkę. Pogotować razem kilka minut mieszając. 2 jaja ugotować na twardo, obrać i pokrajać w ćwiartki. Wrzucić jaja do sosu, podgrzać razem i podawać do ryby i jarzyn.

Sos szkocki (Bread sauce)

1 szklanka mleka, 1/2 szklanki śmietanki, 8 dkg miękiszu chleba, 1 mała cebula, 3 goździki, 3 dkg masła, sól, cukier

Do gotującego się mleka wrzucić miękisz chleba. Cebulę obrać, opłukać, naszpikować goździkami. Włożyć cebulę do mleka, dodać sól i masło. Wymieszać razem i gotować wolno na

małym ogniu około 15 minut. Zestawić z ognia, dodać śmietankę, utrzeć razem i przetrzeć przez sito. Podgrzać lekko, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do dziczyzny i drobiu.

Sos cebulowy

2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, 1 szklanka mleka, 1 duża cebula, 1 kostka bulionowa, sól, pieprz, cukier

Cebulę obrać, opłukać, drobno posiekać i usmażyć z 1 łyżką masła nie rumieniąc. Kostkę bulionową rozpuścić w 1/2 szklance wody, połączyć cebulę z bulionem i chwilę dusić razem w rondelku pod przykryciem. Z pozostałej części masła i mąki zrobić białą zasmażkę i rozprowadzić ostrożnie mlekiem, mieszając. Połączyć otrzymany sos mleczny z bulionem, pogotować chwilę razem, dodać sól, pieprz do smaku, wymieszać dobrze.

Gorący sos podawać do kotletów i baraniny.

Sos cebulowy inny

1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 szklanka mleka, 1 duża cebula, 1 kostka bulionowa, gałka muszkatołowa, sól, pieprz, cukier

Obraną i opłukaną cebulę pokrajać w cząstki i ugotować w mleku. Po ugotowaniu wyjąć cebulę z mleka, posiekać drobno. Z mąki i masła zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją ostudzonym mlecznym wywarem z cebuli. Kostkę bulionową rozpuścić w niewielkiej ilości wody, wlać do sosu. Dodać sól, pieprz, cukier, gałkę muszkatołową, wymieszać dobrze, zagotować. Przecedzić sos przez sito, włożyć posiekaną cebulę i raz jeszcze zagotować razem.

Gorący sos podaje się do gotowanego mięsa, pieczonego królika itp.

Sos różowy

1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1 szklanka mleka, 1 łyżka przecieru pomidorowego, 1 kieliszek białego wina, sól, cukier

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją zimnym mlekiem, wymieszać, zagotować. Dodać przecier pomidorowy, wino, cukier, sól do smaku. Dokładnie wymieszać razem i pogotować chwilę na małym ogniu. Następnie przecedzić przez sito, zagotować raz jeszcze i zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do potraw z jarzyn i dań mącznych.

Sos mleczny z maderą

1 łyżka masła, sól, 1 szklanka mleka, 1/2 szklanki bulionu jarzynowego, 1 kieliszek madery, cukier, pieprz czerwony, 2 żółtka

Żółtka utrzeć, rozprowadzając je mlekiem. Podgrzać na płycie kuchennej, nieustannie mieszając (nie dopuścić do wrzenia). Kiedy masa zgęstnieje dodać bulion i przegotowaną maderę. Doprawić sos do smaku dodając sól i pieprz. Przecedzić sos przez sito, zagrzać na płycie, mieszając nieustannie. Dodać łyżkę masła, zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do drobiu pieczonego, raków i ryb.

Sos rakowy

2 łyżki masła rakowego, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1/2 szklanki mleka, 1/2 szklanki śmietanki, 2 trufle, sól, pieprz, cukier, 1 cytryna lub kwasek cytrynowy, 1 kostka bulionowa

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją mlekiem, zagotować. Kostkę bulionową rozpuścić w niewielkiej ilości wody, ugotować w tym bulionie dobrze oczyszczone, umyte, drobno pokrajane trufle. Wlać bulion do mlecznego sosu, zamieszać i zagotować razem. Dodać śmietankę oraz sól

i pieprz do smaku. Przecedzić sos przez sito, wrzucić masło rakowe, wcisnąć sok z cytryny lub dodać kwasek cytrynowy.

Gorący sos podawać do potraw mięsnych i ryb smażonych lub gotowanych.

Sos śledziowy

2 łyżki utartego śledzia, 1/2 szklanki beszamelu, 1 jajo, 1/2 łyżki masła, zielona pietruszka

Śledzia oprawić i utrzeć na miazgę. Połączyć z gorącym sosem beszamelem. Przetrzeć wszystko przez sito, dodać masło, posiekaną zieloną pietruszkę i białko jaja ugotowane na twardo, pokrajane w drobną kostkę (żółtko przetrzeć przez sito). Wszystko dobrze wymieszać, podgrzać i zestawić z ognia.

Podawać sos do sałatek i jaj.

SOSY JAJECZNO-MAŚLANE

Sos holenderski

20 dkg masła, 3 żółtka, 1/4 szklanki wody, 1/2 cytryny lub kwasek cytrynowy, sól

Do głębokiego garnka wybić żółtka, dodać chłodną wodę oraz posiekane na kawałki masło. Ustawić garnek na płycie kuchennej lub na łaźni i ogrzewać sos, mieszając nieustannie. Gdy sos zacznie gęstnieć, przerwać ogrzewanie. Dodać sól i sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, wymieszać dobrze.

Sos holenderski podaje się do kalafiorów, potraw rybnych itp.

Sos holenderski z bulionem

15 dkg masła, 3 żółtka, 1/4 szklanki bulionu białego, ocet owocowy, sól, pieprz

Surowe żółtka i biały bulion umieścić w garnku, postawić na płycie kuchennej lub na gorącej łaźni wodnej i mieszać. Gdy masa zacznie gęstnieć, wlać do niej małym strumieniem (nie przestając mieszać) roztopione masło i ocet. (Ocet należy uprzednio zagotować z pieprzem). Po wymieszaniu masy z żółtkami i z octem i po jej zgęstnieniu, można rozrzedzić ją gorącą wodą lub śmietaną. Gotowy sos osolić i przecedzić.

Gorący sos podawać do smażonej ryby i mięsa.

Sos holenderski z serem

1/2 szklanki sosu holenderskiego, 1/2 szklanki beszamelu mlecznego, 10 dkg sera żółtego, 1 cytryna lub kwasek cytrynowy

Sos holenderski połączyć w garnku z beszamelem. Dodać sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, sól do smaku oraz utarty na tarce ser. Wszystko dokładnie wymieszać i ogrzać (nie gotować), zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do ryby.

Sos jajeczny z maderą

2,5 dkg masła, 2 żółtka, 3/4 szklanki mleka, 1/4 szklanki madery, sól, pieprz, 2 kostki bulionowe

Surowe żółtka wbić do garnka, wlać mleko i rozmieszać dobrze. Postawić garnek na gorącej płycie lub łaźni wodnej i ogrzewać ciągle mieszając i nie dopuszczając do wrzenia. Kiedy masa zgęstnieje, przerwać ogrzewanie, dodać kostki bulionowe rozpuszczone w niewielkiej ilości wody oraz przegotowane wino. Doprawić sos solą i pieprzem, wymieszać. Zaprawić sos masłem, przecedzić przez sito, podgrzać i zestawić z ognia.

Gorący sos podawać do pieczonego mięsa, smażonej i gotowanej ryby oraz do gotowanego drobiu.

Sos holenderski z pomidorami

15 dkg masła, 3 żółtka, 1/4 szklanki wody, 5 dkg przecieru pomidorowego, sól, pieprz, cytryna lub kwasek cytrynowy

Przyrządzić zwykły sos holenderski według podanego wyżej przepisu. Dodać do niego przecier pomidorowy, wymieszać.

Gorący sos podawać do gotowanej i smażonej ryby.

Sos polski

15 dkg masła, 2 jaja, sól, pieprz, cukier, 1/2 cytryny lub kwasek cytrynowy, zielona pietruszka

Stopić masło, dodać drobno posiekane, ugotowane jaja. Doprawić według smaku solą, pieprzem, cukrem. Wcisnąć sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, drobno posiekaną, opłukaną, zieloną pietruszkę. Wszystko wymieszać, podgrzać.

Podawać gorący sos do ziemniaków, ryby, gotowanej cielęciny.

Sos pomarańczowy

20 dkg masła, 3 żółtka, 1 pomarańcza, 1/4 szklanki wody, 1/2 cytryny lub kwasek cytrynowy

Przyrządzić sos holenderski, według podanego przepisu. Wcisnąć sok z pomarańczy oraz zetrzeć skórkę, razem dobrze wymieszać, dodając cukier do smaku.

Podawać sos do białego mięsa.

SOSY ZIMNE

SOSY MAJONEZOWE

Podstawą sosów majonezowych są żółtka świeżych jaj, dokładnie oddzielone od białka oraz oliwa lub dobry, świeży olej. Majonez przyrządzony z oleju starego, długo przechowywanego, szczególnie na świetle, ma nieprzyjemny zapach i smak. Warunkiem otrzymania dobrego majonezu jest użycie w odpowiednich proporcjach żółtek i oleju oraz dodawanie oleju do żółtek bardzo małymi porcjami (kroplami) przy jednoczesnym, nieprzerwanym ucieraniu masy.

Sos majonezowy jest emulsją (zawiesiną), to znaczy stanowi formę drobnych cząsteczek oleju zawieszonych w żółtku jaja. Żółtko posiadające własności lepkie, pęczniejąc otacza tę drobne cząsteczki (kuleczki) tłuszczu i utrzymuje je w zawieszeniu, co uniemożliwia połączenie się ich w większe cząsteczki. Przy niewłaściwym przyrządzaniu majonezu (dodawaniu zbyt dużych porcji oleju do żółtek), jak również przy zbyt długim przechowywaniu majonezu, ulega on zepsuciu; kuleczki oleju łączą się z sobą, w wyniku czego olej wydziela się na powierzchni sosu. Zepsuty majonez można jeszcze poprawić, wrócić mu jednorodną konsystencję. W tym celu należy do suchej miseczki wbić żółtko, utrzeć je, następnie dodawać do niego małymi porcjami „zepsuty majonez", ucierając nieustannie.

Gdy majonez jest już utarty, dobrze jest wlać do niego po kropli odrobinę gotującej wody (1—2 łyżeczki). Utrwala to majonez, zapobiega jego rozłożeniu (majonez może być dłużej przechowywany).

Aby majonez się udał, należy przestrzegać następujących ogólnych wskazań:

1. Zachować ścisły stosunek żółtek i oliwy. Proporcja maksymalna 200 ml oliwy na 1 żółtko średniej wielkości.
2. Używać oliwę (olej) o temperaturze otoczenia, w którym się przyrządza sos. Jeśli zimą olej jest skrzepnięty, należy go przed dodaniem do żółtek ogrzać do temperatury panującej w mieszkaniu.

3. Na początku przyrządzania majonezu dodawać olej kroplami, dopiero gdy sos nabierze właściwej konsystencji, można dolewać olej bardzo cienkim strumieniem, mieszając jednocześnie sos.

Do majonezu nie wolno używać surowych jaj kaczych, które bardzo często są zakażone bakteriami chorobotwórczymi (salmonellami), powodującymi poważne zatrucia organizmu. Jaja kacze wolno spożywać tylko po co najmniej 8-minutowym gotowaniu.

Sos majonezowy z surowych żółtek

2 żółtka, 1/4 l oliwy lub oleju, sól, cukier, sok z cytryny lub ocet

Żółtka jaj dokładnie oddzielone od białka wbić do miseczki, dodać sól i dobrze wymieszać. Następnie, nieustannie ucierając, wlewać cieniutkim strumieniem olej. Ucierana masa powinna mieć jednorodną konsystencję coraz bardziej gęstniejącą, w miarę dodawania oleju. Gdy sos jest już bardzo gęsty, rozrzedzić go octem lub sokiem z cytryny, dodać cukier, sól do smaku i dalej ucierać, dodając resztę oleju.

Gotowy majonez przechowywać w chłodnym miejscu pod przykryciem, niezbyt długo, aby nie uległ zepsuciu.

Majonez ten jest podstawą wielu innych sosów majonezowych; stanowi również dodatek do sałatek, ryb i śledzi.

Sos majonezowy z ugotowanych jaj

3 jaja, 1/8 l oliwy lub oleju, ocet lub sok z cytryny, sól, cukier

Ugotować jaja na twardo, żółtka przetrzeć przez sito, białka posiekać drobno. Do utartych żółtek dodawać cieniutkim strumieniem olej, ucierając nieustannie. Po otrzymaniu jednorodnej, gęstej masy, dodać sól, cukier, ocet lub sok z cytryny do smaku, dokładnie wymieszać i wrzucić posiekane uprzednio białka.

Sos majonezowy oszczędny

3 ugotowane ziemniaki, 1/4 l oliwy lub oleju, 1 łyżka musztardy, sól, cukier, kwasek cytrynowy lub ocet

Ugotowane ziemniaki utrzeć na jednolitą masę i ostudzić. Dodawać po kropli oliwę (olej), ucierając, jak zwykły majonez. Po wkręceniu całkowitej ilości oleju, dodać musztardę, doprawić do smaku, dodając sól, cukier, kwasek cytrynowy lub ocet. Dokładnie razem wymieszać.

Dodawać sos do sałatek jarzynowych. Sosu tego, ze względu na jego nietrwałość nie można przechowywać, ale natychmiast po sporządzeniu podawać do spożycia.

Sos majonezowy biały

2 płaskie łyżki mąki pszennej, 1/8 l oliwy lub oleju, kilka łyżek bulionu, 1 cytryna, kwasek cytrynowy lub ocet, sól, cukier

Z niewielkiej ilości oleju (2—3 łyżki) i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją niewielką ilością bulionu mięsnego lub jarzynowego, zagotować na małym ogniu mieszając, aby nie utworzyły się grudki. Wylać na miskę, ostudzić. Do zimnej zasmażki dodawać po kropli olej, ucierając. Do utartego na jednolitą masę sosu, dodać sól, cukier, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy i wymieszać razem.

Dodawać sos do sałatek jarzynowych i mięsnych.

Sos majonezowy ze śmietaną

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 10 dkg śmietany, sok z cytryny lub ocet, sól, cukier, gorczyca, pieprz

Z żółtka i oleju przyrządzić normalny majonez według przepisu „majonez z surowych żółtek". Dodać do niego gęstą śmietanę i przyprawy (gorczycę, pieprz itp.) według smaku. Dokładnie wymieszać. Podawać sos do zimnych potraw z mięsa, ryby oraz wszelkich sałatek.

Sos majonezowy z białym sosem

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 1/4 szklanki białego sosu, sól, cukier, sok z cytryny, kwasek cytrynowy lub ocet

Z żółtka i oleju przyrządzić majonez. Połączyć go z ochłodzonym białym sosem, razem wymieszać. Jeśli sos jest nie dość kwaśny, należy dodać do niego soku z cytryny lub octu.

Sos musztardowy

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 5 dkg musztardy, kilka łyżek bulionu lub kostka bulionowa, sok z cytryny lub ocet

Z żółtka i oleju przyrządzić majonez, dodać musztardę, wymieszać razem. Rozrzedzić majonez w miarę potrzeby bulionem mięsnym, rybim lub rozpuszczoną w odrobinie wody kostką bulionową.

Sos „Cambridge"

2 żółtka, 3/4 szklanki oliwy lub oleju, 1 duży śledź, 1 łyżka musztardy, 1 łyżka octu lub sok z cytryny, szczypiorek, koperek, zielona pietruszka, cukier

Ugotować jaja na twardo, śledzie oprawić. Utrzeć w moździerzu żółtka ze śledziem, szczypiorkiem i koperkiem drobno usiekanym. Dodać musztardę. Wlewać po kropli oliwę i ucierać jak majonez, wkraplając od czasu do czasu ocet lub sok z cytryny. Utarty sos majonezowy przetrzeć przez sito. Zieloną pietruszkę opłukać, posiekać drobno i wrzucić do sosu.

Sos śledziowy

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 2 śledzie, 2 łyżki śmietany, 1 niewielka cebula, sok z cytryny lub ocet, pieprz, cukier

Śledzie oprawić, umyć i obrać z ości. Cebulę obrać, opłukać, posiekać w drobną kostkę, usmażyć nie rumieniąc w niewielkiej ilości oleju, ostudzić.

Sos „muszkieterów"

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 1/4 szklanki wina białego, 1 mała cebula, 1 łyżka bulionu mięsnego, sól, cukier

Cebulę obrać, umyć, drobno posiekać, zalać białym winem i pozostawić tak na jakiś czas. Z żółtka i oleju przyrządzić majonez, dodać do niego cebulę, włożyć łyżkę zagęszczonego bulionu mięsnego, dokładnie razem wymieszać, dodać sól, cukier do smaku.

Podawać do zimnego mięsa, sałatek i śledzia.

Sos varenne

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 10 dkg pieczarek, zielona pietruszka, koperek, sól, pieprz, cukier

Oczyszczone i umyte pieczarki, drobno pokrajać, a następnie udusić w niewielkiej ilości oleju. Zieloną pietruszkę i koperek opłukać, drobno posiekać. Z żółtka i oleju przyrządzić majonez, połączyć go z pieczarkami, pietruszką i koperkiem, dodać do smaku sól, pieprz i cukier, wymieszać razem.

Podawać sos do zimnego mięsa.

Sos maltański

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 1 pomarańcza, skórka pomarańczowa

Z żółtka i oleju sporządzić majonez. Wcisnąć do niego sok z pomarańczy oraz zetrzeć skórkę. Dokładnie razem wymieszać.

Podawać sos do zimnego indora.

Sos jabłkowy

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 1/4 szklanki przecieru jabłkowego, 1 łyżka musztardy, sól, cukier

Z żółtka i oleju sporządzić majonez. Połączyć z przecierem jabłkowym bez cukru. Wymieszać razem, dodając do smaku musztardę, sól i cukier.

Podawać do zimnego drobiu i wołowiny.

Z żółtka i oleju zrobić zwykły majonez. Dodać drobno posiekane śledzie, przysmażoną cebulę oraz śmietanę. Wymieszać razem, dodając do smaku pieprz, cukier, sok z cytryny lub ocet.

Zimny sos podawać do jaj ugotowanych na twardo, sałatek jarzynowych oraz kanapek.

Sos francuski

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 1 mały śledź, 2 ząbki czosnku, zielona pietruszka, pieprz, cukier

Z żółtka i oleju sporządzić zwykły majonez. Dodać do niego doskonale utartego na miazgę śledzia, utrzeć razem. Zieloną pietruszkę opłukać, drobno posiekać, czosnek ugnieść na miazgę. Połączyć wszystko z majonezem, dodać pieprz, cukier do smaku.

Podawać do zimnego mięsa, jaj, sałatek.

Sos kawiorowy

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 3 dkg kawioru

Utrzeć z żółtka i oleju majonez. Dodać kawior, dokładnie razem wymieszać.

Podawać sos do jaj, sałatek i śledzia.

Sos prowansalski

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 2 ząbki czosnku, sól, cukier, sok z cytryny lub ocet

Utrzeć w moździerzu czosnek, dodać surowe żółtko i odrobinę soli i cukru. Utrzeć razem. Nie przerywając ucierania, dodawać powoli kroplami olej, wciskając od czasu do czasu kilka kropli soku z cytryny lub octu i czystej wody gotowanej dla rozrzedzenia sosu.

Podawać sos do zimnego mięsa.

Sos ravigote (zielony)

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 1/2 łyżki musztardy, 15 dkg szpinaku, sól, cukier, sok z cytryny lub ocet

Szpinak przebrać, opłukać w kilku wodach, ugotować w słonej wodzie bez przykrycia. Miękki szpinak odsączyć na cedzaku, przetrzeć przez sito. Z żółtka i oleju przyrządzić majonez. Dodać przetarty szpinak, musztardę oraz resztę przypraw według smaku. Dobrze wszystko wymieszać.

Podawać sos do zimnych mięs, ryb, jaj oraz używać do ubierania półmisków.

Sos majonezowy z rzeżuchą

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, garść rzeżuchy, sól, cukier, sok z cytryny lub ocet

Z żółtka i oleju przyrządzić majonez, dodając sól, cukier i ocet lub sok z cytryny do smaku. Rzeżuchę opłukać, bardzo drobno posiekać i dodać do majonezu. Dobrze razem wymieszać.

Sos vinaigrette

2 żółtka, 3/4 szklanki oliwy lub oleju, 1/2 łyżki musztardy, sok z cytryny lub ocet, szczypiorek, sól, cukier

Opłukany dokładnie szczypiorek posiekać drobno. Z żółtka i oleju sporządzić majonez. Dodać musztardę, sok z cytryny, sól i cukier do smaku, wymieszać razem. Włożyć pokrajany szczypiorek.

Podawać sos do zimnych mięs, ryb i sałatek.

Sos remoulade

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 1/2 łyżki musztardy, 1 jajo, 2 kostki Maggi, pęczek szczypiorku, pęczek zielonej pietruszki, sól, cukier, sok z cytryny lub ocet

Jajo ugotować na twardo, ostudzić, obrać ze skorupki, posiekać w kostkę. Szczypiorek i zieloną pietruszkę opłukać w bieżącej wodzie i drobno posiekać.

Z żółtka i oleju przyrządzić majonez. Rozrzedzić go rozpuszczonymi w niewielkiej ilości wody kostkami Maggi, utrzeć razem. Dodać do sosu ugotowane, posiekane jajko i szczypiorek z pietruszką, przyprawić do smaku i wszystko dokładnie wymieszać.

Podawać sos do zimnych mięs, ryb i sałatek.

Sos tatarski

2 żółtka, 1/4 l oleju, 1 łyżka musztardy, 2 łyżki śmietany, sól, cukier, korniszony lub ogórek konserwowy, grzybki z octu, 2 kostki Maggi

Korniszony i grzybki odsączone z octu drobniutko pokrajać w kostkę. Z żółtek i oleju przyrządzić majonez. Dodać musztardę, śmietanę, doprawić do smaku solą, cukrem. Kostki Maggi rozpuścić w niewielkiej ilości wody, połączyć z sosem. Wrzucić do sosu usiekane grzybki i korniszony, wszystko dobrze wymieszać.

Podawać sos do zimnej pieczeni wołowej, befsztyka tatarskiego, zimnych ryb i sałatek.

Sos majonezowy z chrzanem

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 1/4 szklanki chrzanu tartego, sok z cytryny lub ocet, sól, cukier

Z żółtka i oleju przyrządzić majonez. Dodać do majonezu utarty chrzan, sól, cukier i ocet do smaku. Wszystko dokładnie wymieszać.

Podawać sos do ryby, galaretki z nóżek i ryb oraz do zimnego mięsa.

Sos paryski

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 3 łyżki tartego chrzanu, 3 łyżki śmietany, sok z 1 marchwi, 2 kostki Maggi, sól, pieprz, cukier, sok z cytryny lub ocet

Obraną i opłukaną marchew utrzeć na tarce, wycisnąć sok. Chrzan oskrobać, opłukać, zetrzeć na tarce.

Z żółtka i oleju przyrządzić majonez. Dodać do majonezu sok z marchwi, rozpuszczone w niewielkiej ilości wody kostki Maggi, śmietanę i utarty chrzan. Wymieszać wszystko dobrze, dodać do smaku sól, pieprz, cukier i ocet lub sok z cytryny.

Podawać sos do zimnych potraw z ryb i mięsa.

Sos cebulowy

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 3 łyżki śmietany, 2 łyżki musztardy, 1 cebula, 1 jabłko, sól, cukier, sok z cytryny lub ocet

Obrać cebulę i jabłko, opłukać i pokrajać w drobną kostkę. Z żółtka i oleju sporządzić majonez, dodać śmietanę i musztardę, utrzeć razem. Wrzucić do sosu drobno pokrajaną cebulę i jabłko. Wszystko dobrze wymieszać. Doprawić do smaku dodając sól, cukier i sok z cytryny lub ocet. Raz jeszcze wszystko wymieszać.

Sosem tym polewa się oprawionego, pokrajanego w kawałki śledzia.

Sos krakowski

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 1 łyżka musztardy, 1 łyżka przecieru pomidorowego, 1/2 cytryny lub ocet, sól, cukier, papryka

Z żółtka i oleju przyrządzić majonez. Dodać musztardę, przecier pomidorowy, utrzeć dobrze razem. Doprawić do smaku, dodając sok z cytryny lub ocet, sól, cukier, paprykę.

Podawać sos do zimnej ryby, lub mięsa.

Sos majonezowy z pomidorami

1 żółtko, 1/8 l oliwy lub oleju, 1 łyżka przecieru pomidorowego, 2 kostki Maggi, 1 cebula, zielona pietruszka, sól, cukier, sok z cytryny lub ocet

Z żółtka i oleju przyrządzić majonez. Cebulę obrać, opłukać, posiekać w drobną kostkę, przysmażyć na odrobinie oleju, ostudzić. Zieloną pietruszkę dokładnie opłukaną posiekać drobno. Kostki Maggi rozpuścić w niewielkiej ilości wody, dodać do majonezu. Wrzucić cebulę, pietruszkę, dodać przecier pomido-

rowy, razem wymieszać. Doprawić sos, dodając sól, cukier oraz sok z cytryny lub ocet do smaku.

Podawać sos do gotowanej i smażonej ryby.

Sos majonezowy — galareta

1/4 szklanki oliwy lub oleju, 1 żółtko, sok z cytryny lub ocet, 1/2 szklanki bulionu mięsnego, 1/2 dkg żelatyny, sól

Z żółtka i oleju sporządzić majonez. Żelatynę namoczyć w odrobinie zimnej wody, rozpuścić w gorącym bulionie, przecedzić. Do ostudzonego, ale nie zastygłego bulionu, dodać przyrządzony uprzednio majonez i utrzeć razem na jednolitą masę, dodając sól oraz sok z cytryny lub ocet do smaku.

Sos podawać do zimnej ryby, dziczyzny i drobiu.

Sos majonezowy — galareta inaczej

2 szklanki bulionu mięsnego lub rybnego, 1/2 szklanki oleju, 2 listki żelatyny, sól, cukier, sok z cytryny lub ocet

Wygotować bulion do połowy objętości. Do gorącego bulionu dodać rozpuszczoną żelatynę, wymieszać i ostudzić. Do zastygającego, ale nie ściętego jeszcze bulionu, dodawać po trochu olej, ubijając masę trzepaczką. Pod koniec dodać sól, cukier i ocet lub sok z cytryny do smaku. Ubijać sos trzepaczką aż stężeje.

Podawać sos do zimnych mięs, ryb, używać do ubierania półmisków.

Sos majonezowy-galareta z winem

3 żółtka, 1/8 l oliwy lub oleju, 1/4 szklanki białego wina, 1 cytryna lub ocet, 1 dkg żelatyny, sól, pieprz, cukier

Z żółtek i oliwy przyrządzić majonez. Rozrzedzić go białym winem, dodawanym małymi porcjami przy jednoczesnym ucieraniu. Żelatynę namoczyć na 1/2 godziny w niewielkiej ilości wody zimnej, następnie rozpuścić w wodzie ciepłej, ostudzić

nieco i dodawać do sosu, ucierając nieustannie. Doprawić sos do smaku solą, cukrem, pieprzem i sokiem z cytryny lub octem. Wymieszać, odstawić do zastygnięcia.

Podawać sos do mięs i ryb.

SOSY INNE

Sos grecki

10 dkg oleju, 10 dkg przecieru pomidorowego, marchew, cebula, pietruszka, seler, sól, pieprz, papryka, cukier, ziele angielskie, liść bobkowy (1 łyżka musztardy)

Wszystkie jarzyny oczyścić, opłukać, oskrobać, pokrajać drobno w kostkę lub utrzeć na grubej tarce do jarzyn. Rozgrzać olej, włożyć jarzyny i przyprawy i przysmażyć razem na oleju, ale nie rumienić. Pod koniec smażenia włożyć do jarzyn przecier pomidorowy i razem jeszcze chwilę podsmażyć.

Przełożyć jarzyny z patelni do rondelka, wlać nieco wody i dusić razem. Przyprawić do smaku, dodając sól, cukier, pieprz i paprykę. Dusić jeszcze, aż jarzyny będą zupełnie miękkie. Zestawić z ognia, można dodać musztardę, ostudzić.

Podawać sos do zimnej, smażonej ryby, śledzia, lub pieczeni wołowej.

Sos „Cumberland"

1/2 szklanki borówek smażonych z jabłkami, 1/2 szklanki wina czerwonego, 2 łyżki tartego chrzanu, 1 łyżka musztardy, 1 łyżka smażonej skórki pomarańczowej, sól, cukier, kwasek cytrynowy

Chrzan oczyścić, oskrobać, umyć, zetrzeć na drobnej tarce, włożyć do miski. Pokrajać skórkę pomarańczową w drobne paseczki. Borówki z jabłkami przetrzeć przez sito, wymieszać z utartym chrzanem. Dodać wino, musztardę, skórkę pomarańczową. Przyprawić do smaku solą i cukrem i dokładnie razem wymieszać.

Zimny sos podawać do mięsa, drobiu i ryby.

Sos ten można przechowywać w szczelnie zamkniętych słoikach w zimnym, suchym miejscu.

Sos „Cumberland“ z porzeczkami

2 łyżki dżemu lub galaretki porzeczkowej, 1 pomarańcza, 1 cytryna, 1/2 szklanki wina czerwonego, 2 łyżki chrzanu tartego, 1 łyżka musztardy, 1 łyżka skórki pomarańczowej smażonej w cukrze, sól, cukier

Chrzan umyć, oczyścić i utrzeć na drobnej tarce. Wcisnąć do niego sok z cytryny lub pomarańczy. Usmażoną skórkę pomarańczową posiekać drobno, dodać do chrzanu. Włożyć dżem porzeczkowy i musztardę, wlać wino. Wszystko razem dobrze wymieszać. Doprawić do smaku solą i cukrem.

Podawać zimny sos do mięsa i drobiu.

Sos francuski vinaigrette

1/2 szklanki oliwy lub oleju, 1 łyżka musztardy, 1 łyżka usiekanych drobno korniszonów, 1 jajko, 1 cebula, zielona pietruszka, szczypiorek, sól, pieprz, cukier, sok z cytryny lub ocet

Ugotować jajko na twardo, obrać, drobno posiekać. Cebulę opłukać, obrać, posiekać w drobną kostkę. Zieloną pietruszkę i szczypiorek opłukać w wodzie bieżącej, pokrajać drobno. Odsączone z octu korniszony posiekać w kostkę. Wlać do miseczki oliwę (olej), wymieszać z musztardą. Wrzucić wszystkie pokrajane jarzyny i jajko, wymieszać dobrze razem. Dodać do smaku sól, pieprz, cukier, ocet, lub sok z cytryny.

Zimny sos podawać do ryby, mięsa i galarety.

Sos „à la Maitre d'hotel“

2 łyżki masła, 5 łyżek bulionu mięsnego, 1 cytryna, zielona pietruszka, sól, pieprz, cukier

Utrzeć dokładnie masło do białości. Rozprowadzić bulionem, ucierając dobrze. Wcisnąć sok z całej cytryny, ucierać dalej. Zieloną pietruszkę opłukać dokładnie w wodzie, posiekać drobno. Dodać do utartego masła pietruszkę, wymieszać razem.

Doprawić do smaku, dodając sól, pieprz, i cukier, wszystko dobrze wymieszać.

Sos „à la Maitre d'hotel" podawać do ryby.

Sos chrzanowy

10 dkg chrzanu, 1/2 szklanki wody, ocet owocowy lub sok z cytryny, sól, cukier

Korzeń chrzanu oczyścić, oskrobać, opłukać i utrzeć na tarce. Włożyć utarty chrzan do rondelka, zalać wrzącą wodą i zakryć szczelnie przykrywką. Gdy chrzan ostygnie dodać ocet, sól, cukier do smaku. Wszystko razem wymieszać.

Sos chrzanowy podaje się do zimnych i gorących dań mięsnych i rybnych.

Sos chrzanowy z burakami

10 dkg chrzanu, 7 dkg buraków, 1/2 szklanki wody, ocet owocowy lub sok z cytryny, sól, cukier

Sos przygotowuje się, jak wyżej. Należy dodać ugotowane, utarte na tarce buraki.

Sos chrzanowy z burakami podaje się do mięsnych i rybnych potraw oraz do zimnych jarzyn.

Sos chrzanowy ze śmietaną

10 dkg chrzanu, 20 dkg śmietany, sól, cukier

Korzeń chrzanu oczyścić, oskrobać, opłukać, utrzeć na tarce. Dodać do chrzanu śmietanę, wymieszać dobrze razem. Doprawić do smaku, dodając sól i cukier.

Zimny sos podawać do ryb, mięsa i jaj.

Sos chrzanowy ze śmietaną i jabłkami

10 dkg chrzanu, 10 dkg jabłek, 1/4 l śmietany, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, sól, cukier

Korzeń chrzanu oczyścić, oskrobać, opłukać, zetrzeć na drobnej tarce. Jabłka obrać, utrzeć, odrzucić gniazdka. Połączyć

utarty chrzan z jabłkami, dodać śmietanę, wymieszać razem. Przyprawić do smaku, dodając sól, cukier i sok z cytryny lub kwasek cytrynowy.

Sos podawać do potraw mięsnych, rybnych, wędlin i jarzyn.

Sos chrzanowy ze śmietaną i musztardą

10 dkg chrzanu, 1 łyżka musztardy, 1/4 l śmietany, sól, cukier

Korzeń chrzanu oczyścić, oskrobać, opłukać i zetrzeć na drobnej tarce. Dodać musztardę i śmietanę, wymieszać razem. Przyprawić do smaku solą i cukrem.

Sos podawać do ryby, mięsa i galaret.

Sos chrzanowy ze śmietaną i jajami

10 dkg chrzanu, 2 jaja, 1 łyżka musztardy, 1/4 l śmietany, sól, cukier

Korzeń chrzanu oczyścić, oskrobać, opłukać i zetrzeć na drobnej tarce. Jaja umyć, ugotować na twardo, ochłodzić, obrać i posiekać drobno. Dodać do chrzanu posiekane jaja, śmietanę i musztardę, wszystko dobrze wymieszać. Przyprawić sos do smaku, dodając sól i cukier.

Podawać sos do zimnych ryb, galarety i jaj.

Chrzan z jajkiem

10 dkg chrzanu, 2 jaja, ocet owocowy lub sok z cytryny, sól, cukier

Korzeń chrzanu oczyścić, oskrobać, opłukać, utrzeć na drobnej tarce. Ugotować 2 jaja na twardo, ostudzić i obrać. Żółtka jaja utrzeć z cukrem i octem lub sokiem z cytryny, zmieszać z chrzanem. Białko posiekać drobno, dodać do chrzanu. Przyprawić do smaku solą, cukrem i octem.

Podawać chrzan do ryby, wędlin i mięsa.

Chrzan z musem porzeczkowym

10 dkg chrzanu, 1/2 szklanki musu porzeczkowego, 1 kieliszek wina owocowego, sól, cukier, sok z cytryny lub ocet

Korzeń chrzanu oczyścić, oskrobać, opłukać, utrzeć na drobnej tarce. Dodać do chrzanu mus porzeczkowy i kieliszek wina, wymieszać razem. Przyprawić chrzan do smaku, dodając sól, cukier, sok z cytryny, wszystko wymieszać.

Podawać chrzan do mięsa, drobiu, dziczyzny.

Chrzan z musem jabłkowym

10 dkg chrzanu, 1/2 szklanki musu jabłkowego, sól, cukier, sok, z cytryny

Wykonanie, jak wyżej.

Chrzan z musem jabłkowym podaje się do cielęciny, wędlin i drobiu.

Sos chrzanowy niemiecki

10 dkg chrzanu, 1/2 szklanki musu jabłkowego, 2 łyżki stołowe oliwy lub oleju, 1 cebula, sól, cukier, ocet

Korzeń chrzanu oczyścić, oskrobać, opłukać, zetrzeć na drobnej tarce. Cebulę obraną, umytą, zalać wrzącą wodą, potrzymać chwilę we wrzątku. Wyjąć cebulę z wody, osączyć, utrzeć na tarce. Dodać do chrzanu utartą cebulę, mus jabłkowy, wymieszać razem. Wlać do sosu oliwę, sól, cukier, ocet do smaku, dobrze wszystko wymieszać.

Sos ten podaje się do zimnego mięsa i wędlin.

Sos do mięsa zimnego

2 łyżki tartego chrzanu, 1/2 szklanki dżemu porzeczkowego lub borówkowego, 1/2 łyżki mąki ziemniaczanej, 1 kieliszek wina czerwonego, sól, cukier

Dżem porzeczkowy rozrzedzić pół szklanką wody i zagotować na małym ogniu. 1/2 łyżki mąki ziemniaczanej rozrobić w nie-

wielkiej ilości zimnej wody, zaprawić gotującą się masę z dżemu porzeczkowego i ostudzić. Korzeń chrzanu oczyścić, oskrobać, opłukać, zetrzeć na drobnej tarce. Dodać chrzan do przestudzonego przecieru porzeczkowego, wlać kieliszek wina, wymieszać dobrze. Przyprawić sos do smaku, dodając sól i cukier.

Podaje się sos do zimnego mięsa i drobiu.

Sos śmietanowy z jajami na twardo

1/4 l śmietany, 2 jaja, sól, cukier, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy

Jaja umyć, ugotować na twardo, ochłodzić, obrać, posiekać drobno. Dodać jaja do śmietany, wymieszać razem. Przyprawić sos do smaku, dodając sól, cukier i sok z cytryny lub kwasek cytrynowy.

Podaje się sos do zimnego mięsa i ryby.

Sos śmietanowy z jajami i szczypiorkiem

1/4 l śmietany, 2 jaja, 3 łyżki posiekanego szczypiorku, sól, cukier, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy

Sos przyrządza się, jak wyżej, dodając opłukany, drobno posiekany szczypiorek. Można również do sosu dodać musztardę.

Podaje się sos do zimnego mięsa i ryby.

Sos głogowy

10 dkg marmolady głogowej, 1/4 l wina czerwonego, 2 dkg musztardy, sok z cytryny lub kwasek cytrynowy, cukier

Do marmolady głogowej dodać musztardę, sok z cytryny, cukier do smaku. Dokładnie razem wymieszać. Rozrzedzić winem do odpowiedniej gęstości.

Sos podaje się do zimnego mięsa i drobiu.

Sos musztardowy ze śmietaną

1/4 l śmietany, 1/4 szklanki musztardy, sól, cukier

Śmietanę wymieszać z musztardą, dodać sól i cukier do smaku.

Podaje się sos do zimnego mięsa i jaj.

Sos marynatowy z pomidorami

(przepis radziecki)

5 łyżek oleju, 1/4 szklanki octu owocowego, 1/4 szklanki bulionu, 1/4 szklanki przecieru pomidorowego, marchew, pietruszka, seler, cebula, cukier, sól, pieprz, goździki, cynamon, liść bobkowy

Jarzyny oczyścić, oskrobać, opłukać. Pokrajać w drobną kostkę lub plasterki. Rozgrzać w rondelku olej, poddusić w nim rozdrobnione jarzyny. Dodać przecier pomidorowy, wymieszać razem i dusić jeszcze wszystko 10—15 minut. Następnie wlać ocet z bulionem, wymieszać. Doprawić do smaku dodając sól, cukier, pieprz oraz wszystkie przyprawy. Wymieszać i gotować jeszcze razem około 15—20 minut. Oziębić gotowy sos.

Podawać sos do zimnego mięsa oraz ryb.

Sos marynatowy z burakami

(przepis radziecki)

5 łyżek oleju, 1/3 szklanki octu, 1/4 szklanki bulionu, 1 łyżka mąki ziemniaczanej, 1/5 szklanki przecieru pomidorowego, 10 dkg buraków, marchew, cebula, cukier, sól, pieprz, goździki, cynamon, liść bobkowy

Umyte buraki ugotować, oziębić, obrać i pokrajać w cienkie paseczki. Marchew i cebulę oczyścić, obrać, opłukać i również pokrajać w paseczki. Olej rozgrzać w rondelku, udusić w nim do miękkości marchew i cebulę. Dodać przecier pomidorowy, buraki, dusić jeszcze 5 minut. Następnie wlać ocet i bulion, wymieszać razem. Doprawić do smaku dodając sól, cukier, pieprz oraz wszystkie korzenie. Gotować jeszcze na

małym płomieniu około 10 minut mieszając nieustannie. Pod koniec gotowania zaprawić sos mąką ziemniaczaną, rozrobioną niewielką ilością zimnej wody.

Zimny sos podaje się do mięsa i ryb.

Sos marynatowy

(przepis radziecki)

5 łyżek oleju, 1/4 szklanki octu owocowego, 1/4 szklanki bulionu, 1 łyżka mąki ziemniaczanej, marchew, pietruszka, seler, cebula, cukier, sól, pieprz, goździki, cynamon, liść bobkowy

Sposób przygotowania sosu jest taki, jak sosu marynatowego z pomidorami, z tą tylko różnicą, że zamiast przecieru pomidorowego, dodaje się mąkę kartoflaną, rozrobioną zimną wodą. Zagotowuje się razem, następnie oziębia.

Zimny sos podaje się do mięsa i ryb.

Sos śmietanowy (do jarzynowych sałatek)

20 dkg śmietany, sok z cytryny lub ocet owocowy, sól, pieprz, cukier

Śmietanę zmieszać z cukrem, solą i pieprzem. Dodać sok z cytryny lub ocet, dokładnie razem wymieszać.

Sos śmietanowy używa się do zielonej sałaty, ogórków oraz wszelkich surówek.

Sos z oliwy

1/4 szklanki oliwy lub oleju, sok z cytryny lub ocet owocowy, sól, pieprz, cukier

Oliwę lub olej wymieszać z sokiem cytrynowym ewentualnie octem, dodać sól, cukier i pieprz do smaku.

Sos ten można przechowywać dłuższy czas w butelkach szczelnie zamkniętych, w miejscu zimnym i ciemnym.

Używa się go do sałatek z surowych i gotowanych jarzyn.

Sos owocowy

1 pomarańcza, 1 cytryna, 1/2 szklanki dżemu z czarnych porzeczek, 1/4 szklanki musu jabłkowego, 1 cebula, 1/4 szklanki madery, 1 łyżka mąki ziemniaczanej, gorczyca, pieprz, liść bobkowy, goździki, imbir

Cebulę opłukać, obrać, pokrajać drobno, włożyć w rondel, zalać niewielką ilością wody, wrzucić liść bobkowy, pieprz, goździki, nakryć pokrywką i gotować. Dodać gorczycę, dżem porzeczkowy i mus jabłkowy, zagotować razem. Rozrobić mąkę maderą, połączyć z sosem. Mieszając zagotować wszystko. Odstawić z ognia, przecedzić przez sito. Wycisnąć sok z cytryny i pomarańczy, połączyć z sosem. Skórkę pomarańczową drobno pokrajać, wrzucić do sosu. Wymieszać sos dokładnie, oziębić.

Podaje się sos do zimnego drobiu, dziczyzny i cielęciny.

Sos śmietanowy do sałaty

1/8 l śmietany, 2 żółtka, 1/2 cytryny, 1 łyżeczka posiekanego szczypiorku, 1 łyżeczka posiekanego kopru i pietruszki, 1 łyżka musztardy

Utrzeć surowe żółtka z odrobiną soli i cukru, rozprowadzić sokiem z cytryny, dodać śmietanę, ucierać dalej. Dodać opłukane, posiekane zielone przyprawy, wymieszać razem. Dodać musztardę, wymieszać.

Sosem polewa się zieloną sałatę i inne surówki jarzynowe.

Sos cebulowy zimny

6—8 cebulek szalotek, 5 dkg musztardy, 5 dkg oliwy (oleju), 1 cytryna lub ocet owocowy, sól, pieprz, kilka łyżek bulionu mięsnego

Obrane, opłukane szalotki utrzeć na drobnej tarce. Dodać musztardę, zmieszać, dolewając oliwę małymi porcjami. Gdy musztarda połączy się z oliwą, dodać sok z cytryny lub ocet owocowy i rozrzedzić nieco bulionem mięsnym.

Podawać sos do zimnego mięsa.

Sos z gorczycą

1/4 szklanki oliwy lub oleju, gorczyca (około 1,5 dkg), sok z cytryny lub ocet owocowy, sól, pieprz, cukier

Wymieszać dokładnie oliwę (olej) z gorczycą i sokiem z cytryny, ewentualnie z octem. Dodać do smaku sól, pieprz, cukier, wymieszać razem.

Sos ten używa się do śledzia oraz sałatek jarzynowych.

Sos jabłkowy

1/4 kg jabłek antonówek, 15 dkg cukru, cynamon

Umyć jabłka, pokrajać, usuwając pestki i środki. Włożyć jabłka w garnek, zalać wodą, przykryć i gotować, aż będą zupełnie miękkie. Ugotowane jabłka oziębić, przetrzeć przez sito. Do przecieru włożyć cukier, sproszkowany cynamon i gotować razem 10 minut, mieszając od czasu do czasu.

Zimny lub gorący sos podaje się do mięsa i drobiu.

SOSY SŁODKIE

Sosy słodkie podaje się do wszelkich legumin, kisielów, galaretek, budyniów, zapiekanek, blinów, kremów, owoców itp. Różnorodność tej grupy sosów jest wyjątkowo duża.

Sosy słodkie przyrządza się ze świeżych owoców: jabłek, pomarańczy, śliwek, jagód, malin, poziomek i innych, jak również ze wszelkich dżemów i soków owocowych. W skład wielu sosów wchodzi kakao, kawa, czekolada, wanilia, wina różnych gatunków, rum, arak, likier.

Podstawę wielu sosów stanowi mleko, śmietanka, żółtka. Przy dodawaniu żółtek nie wolno z nimi sosu gotować, gdyż może się on zwarzyć. Częstym dodatkiem do słodkich sosów, na-

dającym im odpowiednią konsystencję, jest mąka ziemniaczana lub pszenna.

Wiele sosów słodkich podaje się na zimno. W tym wypadku należy je oziębiać często mieszając, aby uniknąć tworzenia się na ich powierzchni kożucha.

SOSY GOTOWANE

Sos mleczny oszczędny

1/2 l mleka, 3 łyżki cukru, 1 łyżka mąki ziemniaczanej, 1 żółtko, wanilia (1/2 laski) lub cynamon

Zagotować 1/4 l mleka z cukrem i wanilią, można też dodać cynamon. Mąkę rozrobić w pozostałej części mleka zimnego. Zalać to mlekiem gorącym, zagotować na małym ogniu mieszając i natychmiast zestawić z płyty. Żółtko oddzielone dokładnie od białka rozrobić z niewielką ilością sosu, następnie połączyć z całym sosem, podgrzać razem mieszając ale już nie gotować.

Podaje się sos do budyniów, kremów.

Sos śmietankowy

1/4 l słodkiej śmietanki, 1/2 laski wanilii, 2 łyżki cukru, 4 żółtka, 2 łyżki śmietanki

1/4 l śmietanki zagotować z cukrem i wanilią. Rozbić dobrze żółtka z 2 łyżkami zimnej śmietanki. Dodać żółtka do gorącej śmietanki. Mieszając podgrzewać na małym ogniu, aż sos zacznie gęstnieć. Zestawić z ognia, ostudzić mieszając ciągle.

Sos podaje się do zimnych legumin.

Sos cynamonowy

1/4 l słodkiej śmietanki, 2 łyżki cukru, 4 żółtka, cynamon, 2 łyżki śmietanki

Wykonanie sosu, jak wyżej. Zamiast wanilii należy dodać sproszkowany cynamon.

Sos kakaowy

2 żółtka, 1/4 l mleka lub śmietanki, 2 łyżki cukru, 1/2 łyżki mąki ziemniaczanej, 2 dkg kakao

Połowę mleka zagotować. Pozostałą część wymieszać z mąką ziemniaczaną i kakao. Zalać gorącym mlekiem i zagotować razem, mieszając nieustannie, aby nie utworzyły się grudki. Żółtka utrzeć do białości z cukrem, rozprowadzić gorącym sosem. Wymieszać, ale nie gotować już. Zestawić z ognia, ostudzić, często mieszając.

Podaje się sos do budyniów, kremów, zapiekanek.

Sos Maraskino

1/4 l słodkiej śmietanki, 2 łyżki cukru, 4 żółtka, 2 łyżki likieru Maraskino, 2 łyżki śmietanki

Wykonanie, jak sosu śmietankowego. Zamiast wanilii należy dodać 2 łyżki likieru.

Sos czekoladowy

1/2 tabliczki czekolady (5 dkg), 1 łyżka masła, 1 łyżka cukru, 1/4 l mleka, 2 żółtka

Czekoladę rozpuścić w rondelku, dodając masło i mieszając dokładnie. Zagotować mleko, żółtka utrzeć dobrze z cukrem.

Do rozpuszczonej czekolady z masłem dodać gorące mleko, wlewając je cienkim strumieniem i ucierając masę silnie. Zagotować razem. Zestawić z ognia, zaciągnąć utartymi z cukrem żółtkami. Wymieszać razem i oziębić.

Sos ten podaje się do budyniów.

Sos kawowy

2 żółtka, 1/4 l mleka lub śmietanki, 2 łyżki cukru, 1/2 łyżki mąki ziemniaczanej, 2 dkg kawy palonej, bardzo miałko zmielonej

Zmieloną kawę zaparzyć w niewielkiej ilości wody, aby napar był mocny, ostudzić napar. Mleko zagotować. Mąkę ziemnia-

czaną wyrobić w zimnym naparze kawy. Zalać gorącym mlekiem i zagotować razem, dobrze mieszając. Żółtka utrzeć z cukrem, rozprowadzić gorącym sosem. Nie gotować już sosu z żółtkami, tylko wymieszać. Oziębić sos, często mieszając.

Podaje się sos do kremów, budyniów, legumin zimnych.

Sos migdałowy

1 szklanka mleka, 1 żółtko, 1/2 łyżki mąki ziemniaczanej, 2 łyżki cukru, 3 dkg migdałów słodkich

Migdały sparzyć wrzącą wodą, obrać, posiekać drobno. Zagotować połowę mleka i gorącym mlekiem zalać posiekane migdały, a następnie pozostawić je tak na 20 minut. Po tym czasie mleko przecedzić. Zagrzać mleko migdałowe. Mąkę ziemniaczaną rozrobić w pozostałej części mleka zimnego, rozrzedzić gorącym mlekiem migdałowym. Zagotować razem na małym ogniu, mieszając nieustannie. Żółtko utrzeć z cukrem, dodać do gorącego sosu, wymieszać razem, ale już nie gotować.

Sos migdałowy podaje się do legumin, kremów i budyniów.

Sos migdałowy wykwintny

1 szklanka śmietanki, 2 żółtka, 2 łyżki cukru, 5 dkg migdałów słodkich, 2 dkg migdałów gorzkich

Migdały słodkie i gorzkie zalać wrzątkiem, pozostawić na kilka minut. Wyjąć migdały z wody, oczyścić ze skórki, przepuścić przez maszynkę do orzechów lub bardzo drobno posiekać. Rozdrobnione migdały utrzeć w moździerzu, dodając małymi porcjami śmietankę. Po wymieszaniu masy migdałowej z całą śmietanką, przecedzić ją przez drobne sitko.

Żółtka lub całe jaja utrzeć z cukrem do białości, śmietankę migdałową zagrzać. Zalać żółtka gorącą śmietanką, podgrzać razem na małym ogniu, ale nie gotować, mieszając nieustannie.

Sos migdałowy zimny lub gorący podaje się do legumin, budyniów, kremów.

Sos migdałowy z cytryną

1 szklanka mleka, 2 żółtka, 1/2 łyżki mąki, 2 łyżki cukru, 5 dkg migdałów słodkich, 2 dkg migdałów gorzkich, 5 dkg masła, 1 cytryna

Migdały gorzkie oraz połowę migdałów słodkich zalać wrzącą wodą. Po wyjęciu z wody obrać je, posiekać drobno lub przepuścić przez maszynkę do orzechów. Rozdrobnione migdały utrzeć w moździerzu, dodając małymi porcjami mleko. Po dobrym wymieszaniu masy migdałowej z mlekiem, przecedzić ją przez drobne sitko i odstawić.

Masło, żółtka, mąkę i cukier dokładnie utrzeć. Do otrzymanej masy dodać skórkę otartą z cytryny oraz sok z cytryny. Pozostałą część słodkich migdałów obranych ze skórki drobno posiekać i dodać do masy. Dobrze wszystko wymieszać. Mleko migdałowe zagrzać, dodać gorące małymi porcjami do masy, mieszając ją nieustannie. Zagrzać sos na małym ogniu, ale nie gotować.

Sos ten podaje się do budyniów i zapiekanek.

Sos ponczowy

1 łyżka masła, 1 cytryna, 1 łyżka mąki, 1 szklanka wina białego, 1/4 szklanki rumu, 2 łyżki cukru

Masło utrzeć z mąką, rozprowadzić winem i zagotować na małym ogniu mieszając nieustannie. Dodać cukier, sok z cytryny, rum oraz utartą skórkę cytrynową, wymieszać dobrze, zestawić z ognia.

Sos ponczowy podaje się do legumin, szczególnie o mdłym smaku, ze względu na jego ostry smak.

Sos z czerwonego wina

1/2 szklanki wina czerwonego, 1/4 szklanki wody, 15 dkg cukru, 1 łyżka mąki ziemniaczanej, 1/2 cytryny

Wsypać do rondla cukier, otrzeć skórkę z cytryny, wlać wino, wodę, postawić na płycie kuchennej i gotować kilka minut na

małym ogniu do całkowitego rozpuszczenia cukru. Rozprowadzić mąkę ziemniaczaną niewielką ilością zimnej wody, połączyć z gorącym sosem, wcisnąć sok z cytryny, postawić na płycie kuchennej i mieszając zagotować. Zestawić z ognia.

Sos ten podaje się zimny lub gorący do budyniów, zapiekanek i owoców.

Sos z wina z rodzynkami

¼ l czerwonego wina, 2 goździki, imbir, cynamon, skórka cytrynowa, 10 dkg cukru, 1 łyżeczka mąki ziemniaczanej, 5 dkg rodzynek

Zagotować wino i ½ szklanki wody z korzeniami i cukrem. Rozbić w odrobinie wody mąkę, zaciągnąć nią sos, zagotować razem mieszając. Przecedzić przez sito. Rodzynki dokładnie opłukać, wsypać do sosu, raz jeszcze zagotować.

Podawać gorący lub zimny sos do legumin i budyniów.

Sos orzechowy

1 szklanka śmietanki, 2 żółtka, 2 łyżki cukru, 15 dkg orzechów włoskich bez łupiny, ½ laski wanilii

Orzechy włoskie skręcić w maszynce, utłuc na masę w moździerzu. Zagotować śmietankę z wanilią i wrzącą śmietanką zalać tłuczone orzechy. Pozostawić w spokoju na ½ godziny. Po tym czasie przecedzić przez sitko.

Żółtka utrzeć z cukrem do białości. Zagrzać śmietankę orzechową i gorącą śmietanką zalać żółtka, ubijając razem. Postawić sos na małym ogniu, ogrzewać aż do zgęstnienia, mieszając nieustannie (nie gotować już sosu).

Podaje się sos do budyniów i legumin zimnych.

Sos morelowy

10 dkg suszonych moreli, 10 dkg cukru, 1 szklanka wody, ½ cytryny

Suszone morele przebrać, wypłukać, zalać zimną wodą i pozostawić tak na 2—3 godziny. Gdy morele zmiękną, gotować je

w wodzie, w której się moczyły. Podczas gotowania garnek powinien być nakryty. Gdy morele są już zupełnie miękkie, zestawić je z ognia, przetrzeć przez gęste sito. Przełożyć przetarte morele do rondla, dodać cukier i utartą skórkę z cytryny. Gotować kilka minut na małym ogniu mieszając, aby sos nie przywarł do dna. Gotowy sos zestawić z ognia, wcisnąć sok z 1/2 cytryny, wymieszać.

Zimny lub gorący sos podaje się do budyniów, zapiekanek i kaszki.

Sos morelowy z winem

10 dkg suszonych moreli, 10 dkg cukru, 1/4 szklanki wina „Muskat", 1 szklanka wody

Sposób przyrządzania sosu, jak wyżej. Zamiast soku z cytryny dodaje się wino „Muskat", z którym należy sos zagotować.

Sos morelowy ze śmietanką

10 dkg suszonych moreli lub 15 dkg marmolady morelowej, 1/2 łyżki mąki ziemniaczanej, 1/8 l śmietanki, 2 łyżki cukru

Suszone morele opłukać, namoczyć w wodzie na kilka godzin. Następnie ugotować morele w wodzie, w której się moczyły, przetrzeć przez sito, włożyć do rondla i postawić na ogniu. Mąkę ziemniaczaną rozprowadzić śmietanką, połączyć z gorącym przecierem morelowym, dodać cukier do smaku i mieszając zagotować. Gotowy sos zestawić z ognia.

Sos podaje się do zapiekanek i legumin.

Sos śliwkowy

15 dkg powideł śliwkowych, 1 szklanka mleka lub śmietanki, 1/2 łyżki mąki ziemniaczanej, cynamon, goździki, skórka cytrynowa, cukier

Rozmieszać mleko z powidłami śliwkowymi, zagotować dodając cukier do smaku. Mąkę ziemniaczaną rozprowadzić nie-

wielką ilością zimnego mleka, połączyć z gorącym sosem, zagotować razem na małym ogniu mieszając. Dodać tłuczony cynamon, goździki i otartą skórkę z cytryny. Wymieszać razem, zestawić z ognia.

Do sosu tego można dodać nieco wina. Sos doskonały jest do zapiekanek, kasz i ryżu.

Sos porzeczkowo-malinowy

15 dkg porzeczek, 10 dkg malin, 1/8 l śmietanki, 2 łyżki cukru, 1/2 łyżki mąki ziemniaczanej

Owoce przebrać, opłukać, zalać niewielką ilością wrzącej wody, zagotować. Miękkie owoce przetrzeć przez sito. Postawić w rondlu na ogniu, pozostawiając część zimnego soku do rozprowadzenia mąki ziemniaczanej. Połączyć mąkę z gorącym sosem, dodać cukier, zagotować razem mieszając. Dodać przegotowaną śmietankę, wymieszać.

Gorący sos podaje się do słodkich potraw mącznych.

Sos głogowy

15 dkg marmolady głogowej, 1/2 łyżki mąki ziemniaczanej, 1/4 l śmietanki, 1 łyżka cukru, skórka z cytryny, 2 łyżki śmietanki

Zagotować śmietankę z marmoladą głogową. Wyrobić mąkę ziemniaczaną w 2 łyżkach zimnej śmietanki, połączyć z gorącą śmietanką, zagotować. Dodać cukier do smaku oraz skórkę otartą z cytryny.

Sos gorący lub zimny podaje się do kasz i zapiekanek.

Sos z marmolady z zasmażką

10 dkg marmolady morelowej, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 1/4 szklanki soku wiśniowego, 1 kieliszek rumu lub wina

Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę. Rozprowadzić ją sokiem wiśniowym, dodać marmoladę, zagotować, rozrzedzić nieco gorącą wodą, wlać rum lub wino.

Gorący sos podawać do legumin.

Sos truskawkowy

15 dkg truskawek, 1/4 l mleka lub śmietanki, 2 żółtka, 1/2 łyżki mąki ziemniaczanej, 2 łyżki cukru

Obrać truskawki z szypułek, opłukać w wodzie, przetrzeć przez sito. Połowę mleka zagotować, w pozostałej części rozrobić mąkę ziemniaczaną. Połączyć mąkę z gorącym mlekiem, zagotować razem mieszając. Żółtka utrzeć z cukrem, rozprowadzić małymi porcjami gorącego mleka. Pod koniec dodać przetarte truskawki i utrzeć razem. Ostudzić mieszając stale.

Zimny sos podaje się do legumin.

Sos ze świeżych wiśni (śliwek)

1/2 kg wiśni, 10 dkg cukru, 1/2 szklanki wina, cynamon, 1/2 łyżki mąki ziemniaczanej

Wyjąć pestki z wiśni, gotować owoce w 1 szklance wody. Miękkie wiśnie przetrzeć przez sito, wlać wino, wsypać cukier, zaprawić mąką rozkłóconą z wodą. Zagotować razem mieszając.

W ten sam sposób wykonuje się sos ze śliwek.

Sos jabłkowy

15 dkg jabłek, 1/4 l wina, 1/2 cytryny, 1 łyżka masła, cukier, goździki

Jabłka kompotowe obrać, pokrajać i gotować w 1/2 szklance wody, dodając pod koniec cukier, masło, sok cytrynowy i skórkę oraz goździki. Gdy jabłka są już miękkie, przetrzeć je przez sito i rozprowadzić winem.

Sos podaje się do legumin.

Sos z jabłek oszczędny

Łupiny z jabłek są bogatym źródłem witamin i soli mineralnych, jak również są produktem o wysokiej wartości zapacho-

wej. Z tego więc względu łupiny z jabłek i inne części odpadkowe (przy przyrządzaniu szarlotki czy kompotu), wyrzucane na ogół jako produkt nieprzydatny do konsumpcji, można doskonale wykorzystać jako surowiec do sosu jabłkowego.

Odpadki jabłek (łupiny, środki) zalać w garnku wodą, dodać jeszcze 1—2 jabłka pokrajane w cząstki, skórkę cytrynową i ugotować wszystko razem do miękkości. Następnie przecedzić wywar, przetrzeć jabłka i dodać cukier do smaku. Łyżkę mąki ziemniaczanej rozrobić w niewielkiej ilości wody, połączyć z gorącym sosem i zagotować, mieszając.

Podawać sos do legumin.

SOSY SZODONOWE

Sos szodonowy waniliowy

1 szklanka mleka, 1/2 laski wanilii, 2 łyżki cukru, 2 żółtka, 1 łyżeczka mąki ziemniaczanej

Utrzeć żółtka z cukrem, rozprowadzić mlekiem, ubić razem. Dodać mąkę rozbitą w 1 łyżce mleka i wanilię. Postawić wszystko na małym ogniu i bić trzepaczką, aż zgęstnieje. Nie gotować.

Sos szodonowy czekoladowy

1 szklanka mleka, 2 łyżki cukru, 1/2 tabliczki czekolady (5 dkg), 2 żółtka, 1 łyżeczka mąki ziemniaczanej

Sposób wykonania jak wyżej. Zamiast wanilii, należy dodać stopioną czekoladę.

Sos szodonowy z białego wina

1 szklanka wina gronowego, 2 żółtka, 2 łyżki cukru, 1 łyżeczka mąki ziemniaczanej

Utrzeć żółtka z cukrem do białości, postawić na kuchni (na płycie kuchennej lub łaźni wodnej) i dolewać powoli wino, bijąc

ciągle trzepaczką. Mąkę rozprowadzić łyżką zimnego wina, połączyć z gorącą masą. Bić dalej na kuchni, aż się utworzy jednolita, biała piana. Nie wolno gotować sosu.

Sos należy przyrządzać przed samym podaniem, aby nie opadł.

Sos szodonowy ponczowy

1 szklanka białego wina, 1 cytryna, 1 pomarańcza, 2 żółtka, 15 dkg cukru, 1 kieliszek araku, 1 łyżka mąki ziemniaczanej

Utrzeć żółtka z cukrem, dodając otartą skórkę z cytryny i pomarańczy. Wycisnąć sok z cytryny i pomarańczy. Zagotować wino, połączyć z sokiem z owoców. Gorącym płynem rozprowadzić utarte żółtka, ubijać razem na małym ogniu nie dopuszczając do wrzenia. Dodać rozkłóconą w niewielkiej ilości zimnego wina mąkę, ubijać dalej trzepaczką, aż sos zgęstnieje. Pod koniec dodać arak.

Sos szodonowy migdałowy

10 dkg słodkich migdałów, 4 migdały gorzkie, 4 łyżki cukru, 1 szklanka mleka, 2 żółtka, 1 łyżeczka mąki ziemniaczanej

Migdały sparzyć, obrać ze skórki i zemleć na młynku do orzechów. Zagotować mleko, dodając 2 łyżki cukru, wrzucić zmielone migdały. Żółtka utrzeć z pozostałą częścią cukru i rozprowadzić gorącym mleczkiem migdałowym. Bić trzepaczką dodając mąkę rozprowadzoną niewielką ilością zimnego mleka.

SPIS ROZDZIAŁÓW

WIADOMOŚCI OGÓLNE

1. Znaczenie sosów w naszej kuchni 3
2. Ogólne zasady przygotowywania sosów oraz surowce do nich używane 6
3. Higiena przyrządzania sosów 11
4. Podawanie i przechowywanie sosów 12

PÓŁPRODUKTY

1. Buliony 15
2. Zasmażki 17
3. Octy 19
4. Musztardy 20
5. Esencje barwne 22
6. Masła 23

PRZEPISY

Sosy gorące 32
1. Sosy bulionowe mięsne 32
2. Sosy bulionowe rybne 51
3. Sosy bulionowe jarzynowe 55
4. Sosy owocowe 57
5. Sosy mięsne 59
6. Sosy śmietanowe 64
7. Sosy mleczne 71
8. Sosy jajeczno-maślane 75

Sosy zimne 78
1. Sosy majonezowe 78
2. Sosy inne 88

Sosy słodkie 97
1. Sosy gotowane 98
2. Sosy szodonowe 106