

Vaše najchutnejšie

Lemňakove

šaláty



*Vianoce,
ako ich máte radi*

TESCO



Tradície sú tradície, a tak si zemiakový šalát na štedrovečerný stôl väčšina z nás pripravuje každý rok rovnako. Čo tak urobiť tentoraz zmenu? Pripravili sme pre vás množstvo tipov na chutnú prílohu k vyprážanej rybe, pečenému mäsku alebo len tak z misy rovno na lyžičku. Je len na vás, ako a kedy si šalát vychutnáte. Pokojne aj o polnoci. Vieme, ako to na Vianoce funguje.

V tomto špeciálnom vianočnom e-booku nájdete rôzne inšpirácie na zemiakový šalát – s majonézou aj bez, s cibuľou, vajcom či s kúskami ovocia. Určite poznáte to, že šalát je najlepší, keď ho necháte pár hodín odstáť. Ale viete napríklad, aké typy zemiakov sú naň najvhodnejšie alebo ako si pripraviť fit verziu?





Nahliadnite do kuloárov našich kulinárov
a ochutnajte z každého rožka troška.
Šalátové variácie sme zozbierali z celého
Slovenska. A keďže sme sa o vašich
Vianociach chceli dozvedieť ešte viac,
spravili sme aj veľký vianočný prieskum,
do ktorého sa zapojilo takmer 15 000 ľudí.

Pozrite si výsledky prieskumu v našich
e-bookoch alebo na stránke
www.tesco.sk.

★ ★ ★
★ ★ ★
*Prajeme vám
chutné sviatky.*

TESCO

★ Majonézový šalát Teseo

Suroviny

2,5 kg zemiakov na šalát
4 veľké mrkvy
1 malá konzerva hrášku
6 kyslých uhoriek
4 varené vajíčka
1 veľká cibuľa
soľ
čierne korenie
kryštálový cukor

Postup

- ★ Šalátové zemiaky, mrkvu a vajíčka si vopred uvaríme a hrášok scedíme. Uvarené, vychladnuté zemiaky ošúpeme a odložíme bokom. Cibuľu nakrájame nadrobno, zalejeme vodou, pridáme trošku čierneho korenia, cukru a citrónovej šťavy. Necháme zovrieť a varíme na miernom ohni maximálne 5 minút. Odstavíme, odložíme bokom a necháme vychladnúť.
- ★ Vychladnuté zemiaky nakrájame na hranolčeky alebo použijeme formičku na pretláčanie zemiakov na šalát. Uvarenú mrkvu nakrájame na malé kocky a pridáme k zemiakom.
- ★ Vajíčka a kyslé uhorky nakrájame na malé kocky a pridáme k ostatným surovinám spolu s hráškom.
- ★ Všetko zľahka premiešame, pridáme domácu majonézu, uvarenú cibuľu a podľa potreby dochutíme soľou, korením alebo vodou z uhoriek.





Šalát bez majonézy

Tesco

Suroviny

1 kg zemiakov (najlepšie odroda Yukon Gold)

50 ml bieleho vínneho octu

60 ml extra panenského olivového oleja

15 ml dijonskej horčice

100 g červenej cibule

150 ml vývaru (domáceho)

2 ČL cukru

čerstvá pažítka

morská soľ

mleté čierne korenie



Postup

- ★ Zemiaky uvaríme v šupke domäkka. Scedíme ich a necháme trochu vychladnúť. Uvarené a vychladnuté zemiaky si nakrájame na plátky hrubé 0,5 cm, prelejeme troškou bieleho vínneho octu, premiešame a necháme úplne vychladnúť. Odložíme si ich do misy, kde budeme pripravovať šalát.

- ★ Zohrejeme si domáci vývar, pridáme doň horčicu a ešte teplý ho vylejeme na uvarené zemiaky. Necháme ho vsiaknuť do zemiakov. Zo zvyšku vínneho octu, olivového oleja, soli, korenín a cukru si pripravíme zálievku a zľahka ňou prelejeme vychladnuté zemiaky. Jemne premiešame, aby sa zemiaky nerozpadli.

- ★ Cibul'u nakrájame na tenké polmesiačky a vmiešame do šalátu. Šalát podávame vychladený a dochutený nasekanou pažítkou spolu s pečeným lososom ozdobeným sezamom.



Vaše rady nad zlato



„Všetko, čo má v šaláte byť, v ňom byť aj musí. My však majonézu nerobíme zo surového vajíčka, ale z uvareného na tvrdo. Viac nám to tak chutí a určite bude aj vám :-)”

Gabriela



„Ja dávam do šalátu aj uvarený zeler a petržlen. Samozrejme, pridám aj mrkvu, hrášok, kukuricu. Naučila som sa aj jeden trik – cibuľu najprv osmažím, potom nechám vychladnúť a až takú riadne opraženú ju pridám do šalátu, spolu s kyslými uhorkami, vajcami uvarenými na tvrdo, no a potom klasika – majonéza, tatárska omáčka, soľ, korenie.“

Milena



Tajná prísada

opražená cibuľka



“
Zemiakový šalát na Štedrý deň musí byť originálny a so všetkým, čo v ňom má byť. V našom šaláte nesmú chýbať zemiaky, cibuľa, mrkva, hrášok, troška zeleru a petržlenu uvareného vo vývare, kukurica z konzervy, majonéza, biely jogurt, soľ, mleté čierne korenie, vajce na tvrdo, horčica, kyslá uhorka + šťava z uhoriek na dochutenie a máme doma ešte jednu vychytávku – pridávame aj očistené jablko, buď na kocky, alebo postrúhané. MŇAM. Skúste to, nebude to sladké, len akési šťavnatejšie, jemnejšie, lepšie. A zabudla som, nakoniec, keď idem podávať, pridám lyžicu vyšľahanej smotany, potom ešte zľahka zamiešam.”

Katarína

Tajná prísada

Tesne pred podávaním môžete do šalátu pridať aj lyžicu vyšľahanej smotany.



Lahšia alternatíva majonézy

Šalát jednoznačne bez
majonézy. ;) Majonéza je
strašne ťažká, takže ju vôbec
nepoužívame. Inak ostáva
všetko pri starom. Od varených
zemiakov, mrkvy, vajíčok až
po cibuľu a uhorku. Na záver
namiesto majonézy pridáme
smotanu alebo biely jogurt.
Chutí výborne a je oveľa
zdravší. Iný už ani nerobím. ;)

Ma Kovka



Silvia hovorí:

Som z hubárskej rodiny. Huby u nás zbierajú všetci. Od deda až po dcéru. Nie je teda asi prekvapením, že ich pridávame aj do vianočného šalátu. A je (ako čokoľvek z húb: -)) výborný. My robíme zo sušených húb, ale pokojne môžete aj z čerstvých šampiňónov.

Čo dávate do šalátu?



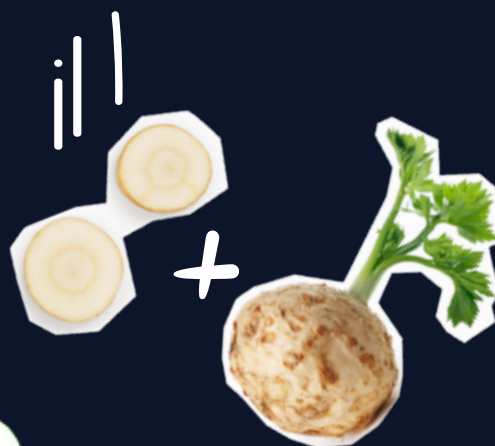
- ★ Veronika cibuľu prevarí ešte pred nakrájaním, aby bola ľahšie stráviteľná.

- ★ Gabriela vodou z kyslých uhoriek nahrádza citrónovú šťavu, ocot alebo akýkoľvek sladkokyslý nálev pridávaný do šalátu.



- ★ Lenka pripravuje šalát aj so zaváranou kukuricou.

- ★ Jana pridáva k zelenine aj zeler a petržlen uvarený vo vývare.





K šalátu ryba jednoznačne
patrí



20,3 %

Slovákov večeria lososa



45,3 %

Slovákov vypráža
kapra



Laujímavosť

21,5 % si dokonca šupiny z kapra
dáva pre šťastie pod obrus



15,8 %

Slovákov si dá pangasiusa

Kráľovná šalátu

Majonéza jednoducho musí byť. No dobre, nemusí,
no až 63,2 % z vás nedá dopustiť na poriadny
zemiakový šalát s majonézou.



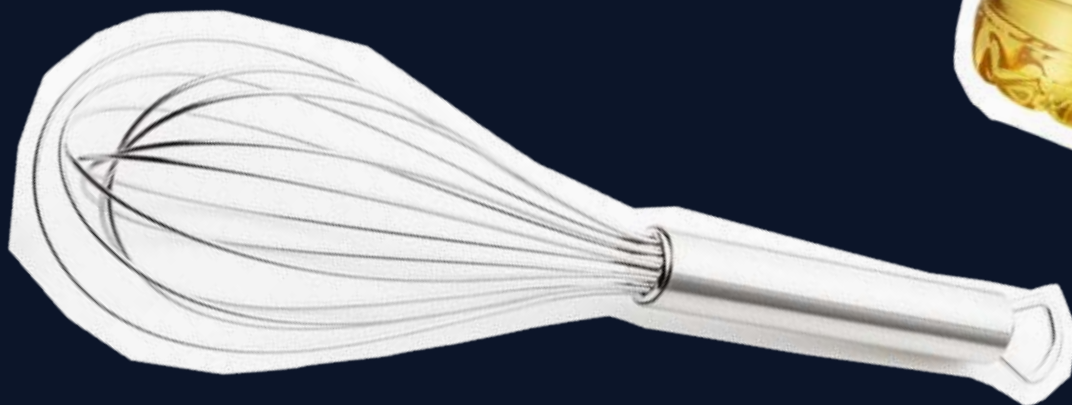
Domáca majonéza

Suroviny

300 ml oleja
3 vaječné žĺtky
citrónová šťava
horčica
čierne korenie
kryštálový cukor

Postup

- ★ Ako si pripraviť domácu majonézu? Jednoducho: Žĺtky dôkladne oddelíme a ručne vyšľaháme s cukrom, horčicou, korením a citrónovou šťavou.
- ★ Do vyšľahaných žĺtkov pomaličky prilievame olej a šľaháme elektrickým ručným mixérom, až kým sa ingrediencie dôkladne neprepoja.



S cibulou či bez?

bez cibule



993 hlasov

s cibulou



1 915 hlasov

Šalát, ako ho máte radi

Na Facebooku sme sa opýtali 433 ľudí na ingredienciu,
ktorá v zemiakovom šaláte nesmie chýbať.

bez majonézy



629 hlasov

s vajíčkami



1 368 hlasov

so všetkým, čo dom dal



608 hlasov

A ako je to
s tradíciami?



1 487 ľudí

sa postí a naje sa až večer

22,5 % - 3 368 ľudí

prestiera na Štedrý večer o jedno miesto navyše



1 742 ľudí



sa vyjadrilo, že nedodržiava žiadne tradície





Najlepšie Vianoce
sú aj tak tie
podľa vašej chuti.

Užite si ich naplno.

*Vianoce,
ako ich máte radi*

TESCO

