Sosy do makaronu

Makaron można łączyć niemal ze wszystkimi produktami. Świetnie smakuje zarówno z owocami morza, jak i z najzwyklejszymi ziołami czy warzywami. Można podawać makaron z sosami pochodzącymi z kuchni różnych krajów.

We Włoszech sosy robiło się dawniej przede wszystkim z produktów występujących w danym regionie. Na północy kraju używano najczęściej trufli oraz innych grzybów, w Genui aromatycznego pesto, w Neapolu wspaniałych pomidorów, na południu zaś ryb i owoców morza. Dzisiaj sosy są wszędzie podobne, wykorzystuje się do nich najprzeróżniejsze świeże składniki, sprowadzane z całego świata. Modne jest obecnie łączenie warzyw śródziemnomorskich z wieloma aromatycznymi przyprawami orientalnymi.

Odrobina sosu z pozytywną energią

To makaron powinien tu odegrać główną rolę. Sos ma go pokrywać cienką warstwą, lecz nie zostawać na talerzu, gdy danie zostanie już zjedzone. Sosy przyrządzone z warzyw z dodatkiem niezbyt dużej ilości chudego mięsa, ryb lub owoców morza i świeżych ziół mają doskonały smak i aromat oraz dostarczają wielu wartości odżywczych. Warzywa zawierają silne przeciwutleniacze i znakomicie uzupełniają wartość energetyczną makaronu.

Jaki sos z jakim makaronem

Nie ma sztywnych reguł – makaron dlatego jest tak doskonały, ponieważ jest tak uniwersalny. Uważa się jednak, że niektóre kształty klusek smakują szczególnie dobrze z określonym rodzajem sosu.

• Długie, cienkie nitki podajemy z prostymi sosami, takimi jak pesto, lub jeszcze prostszymi – mogą być polane tylko roztopionym masłem lub oliwą.

• Grubszy długi makaron i wstążki podajemy z sosami mięsnymi, serowymi, śmietanowymi lub pomidorowymi.
• Rurki, muszle oraz inne kluseczki dobrze smakują z sosami zawierającymi kawałki warzyw.

Fot. Adobe Stock