



Hozzávalók a salátabárhoz személyenként:

35 dkg zöldség, ami lehet mindenféle leveles saláta (fejes, jég stb.), karalábé, sárgarépa, paradicsom, paprika, kígyóuborka, cukkini, retek, póré- vagy újhagyma, 1-2 főtt tojás a rokfortos öntethez:

1 kiskanál ételízesítő, 5 dkg rokfort vagy márványsajt, 5 evőkanál majonéz, 2 gerezd fokhagyma, 1 evőkanál mustár, 1 dl száraz fehérbor, 1-1 késhegynyi őrölt fekete bors és reszelt szerecsendió az ezersziget öntethez:

2 közepes ecetes uborka, 1 kis vöröshagyma fele, 5 evőkanál majonéz, 3 evőkanál ketchup (de a darált, marinált

paprika is jó), 2 evőkanál tejszín, 1 citrom leve, 1 evőkanál ecetes torma, 1 kiskanál porcukor, késhegynyi piros paprika, 1 dl száraz fehérbor a finomfű öntethez:

1 evőkanál kritálcukor, 1 kiskanál ételízesítő por, 1-1 csokor petrezselyem és kapor, fél csokor metélőhagyma fél-fél csokor rozmarin, bazsalikom meg tárkony, 1 evőkanál mustár, késhegynyi őrölt fekete bors, 2 evőkanál 6%-os vörösborecet, 0,5 dl olíva- vagy kukoricacsíra-olaj (másféle hidegen sajtolt olaj is lehet)

a Garibaldi-öntethez:

7-8 evőkanál (kb. 15 dkg) majonéz, 1 evőkanál mustár, 2 evőkanál 6%-os fehérborecet, 1 evőkanál kapribogyó, 3 gerezd fokhagyma, késhegynyi Cayenne bors, fél csokor metélőhagyma, só

az Escoffier-öntethez:

7-8 evőkanál majonéz, 5 dkg áfonyalekvár, 1 evőkanál mustár, néhány csepp Tabasco-mártás, 1-1 narancs meg citrom leve, késhegynyi piros paprika, késhegynyi só

az oroszos öntethez:

5 dkg főtt cékla (savanyúságnak elkészített is jó), 1 főtt tojás, 2 csemegeuborka, 3 dkg marinált paprika, 1 kis vöröshagyma fele, 2 dl natúr joghurt, fél evőkanál mustár, fél citrom leve, csipetnyi só, késhegynyi őrölt fekete bors, késhegynyi Cayenne bors

1. Először az önteteket készítjük el, hogy amíg a salátabárhoz valókat összevágjuk, ízük

kissé összeérjen.

2. A rokfertos öntethez az ételízesítőt 1 deci vízben 2 percig forraljuk, majd hűlni hagyjuk. Közben a sajtot lereszeljük. Mind-ezeket összekeverjük a majonézzel, a zúzott fokhagymával és a mustárral ízesítjük, a fehérborral hígítjuk, végül a borssal meg a szerecsendióval fűszerezzük.

3. Az ezerszigit öntethez az uborkát apró kockákra, a megtisztított vöröshagymát pedig finomra vágjuk, és mindkettőt a majonézbe keverjük. A ketchupot hozzáadjuk, tejszínnel lágyítjuk, majd a citromlével, a tormával meg a cukorral pikánsra ízesítjük. Végül pirospaprikával fűszerezzük és a borral mártás sűrűségűre hígítjuk.

4. A finomfű öntethez 2 deci vizet a cukorral meg a Delikáttal 2 percig forralunk, majd a tűzről lehúzzuk, és megvárjuk, amíg kihűl. Közben az összes zöldfűszert megmossuk, a levélkéket a szákról lecsipkedjük, finomra vágjuk, és az ízesített vízbe szórjuk. A mustárt meg a borsot az ecettel simára keverjük, cseppenként az olajat is beledolgozzuk, végül a „finomfüves” lével összekeverjük.

5. A Garibaldi-öntethez a majonézt a mustárral meg a borecettel simára keverjük, és hozzáadjuk a kapribogyót. Zúzott fokhagymával ízesítjük, Cayenne borssal és apróra vágott metélőhagymával fűszerezzük, megsózzuk. Ha a kapribogyó nagyobb, összevághatjuk.

6. Az Escoffier-öntethez a majonézt meg a lekvárt összekeverjük, és a mustárral, a Tabasco-mártással, a narancs és a citrom kipréselt levélével ízesítjük. Végül pirospaprikával fűszerezzük és megsózzuk.

7. Az oroszos öntethez a céklát, a főtt tojást, az uborkát és a marinált paprikát apró kockákra vágjuk. A megtisztított vöröshagymát finomra aprítjuk. Mindezeket a joghurtba keverjük, a mustárral és a citromlével ízesítjük, megsózzuk, megborsozzuk, végül a Cayenne borssal fűszerezzük.

8. A salátabárhoz való összes zöldséget megmossuk, megtisztítjuk. Utána a salátaféléket leveleikre tépkedjük, megsikkasztjuk. A többi zöldséget karikákra, vékony csíkokra vagy cikkekre vágjuk, és szépen, mutatósan tálakra rakjuk. A salátabár lényege, hogy a hozzávalókból mindenki maga állíthassa össze salátáját, amit bármelyik öntettel kipróbálhat.

Elkészítési idő: bő 1 óra

Egész évben készíthető, noha nyáron van hozzá a legnagyobb és legolcsóbb kínálat.