

Caprese Salatası

Taze domates, mozzarella ve fesleğenle klasik İtalyan Caprese salatası. Ev yapımı balzamik glaze ile sadece 20 dakikada basit, sağlıklı tarif.

5 min

HAZIRLIK

15 min

PIŞIRME

20 min

TOPLAM

4

PORSİYON

Easy

ZORLUK



Malzemeler

- 3 domates
- 8 ons mozzarella peyniri
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 bardak balzamik sirke
- 1 yemek kaşığı bal
- 5 leaf fesleğen
- 1 tutam tuz
- 1 tutam karabiber

Yapılışı

- Balzamik redüksiyonu hazırlayın**
1 su bardağı balzamik sirkeyi küçük bir tencereye dökün ve orta ateşte kaynatın.
- Ateşi kısın ve ara sıra karıştırarak 10-15 dakika kaynatın, sirke yarı yarıya azalana ve daldırıldığında kaşığın arkasını kaplayana kadar.

3 Ateşten alın ve salatayı hazırlarken tamamen soğumaya bırakın.

4 **Malzemeleri hazırlayın**

3 domatesi ¼ inç kalınlığında dilimlere ayırın ve kağıt havlu ile tamamen kurutun.

5 8 oz mozzarella'yı ¼ inç kalınlığında dilimleyin ve kağıt havlu ile kurutun.

6 **Salatayı düzenleyin**

Büyük bir servis tabağında domates ve mozzarella dilimlerini değişimli olarak, her parçayı hafifçe üst üste gelecek şekilde dizin.

7 5 fesleğen yaprağını domates ve mozzarella dilimleri arasına ve çevresine yerleştirin, gerekirse büyük yaprakları küçük parçalara yırtın.

8 **Tamamlayın ve servis edin**

2 yemek kaşığı zeytinyağı ve 1 yemek kaşığı soğutulmuş balzamik redüksiyonu gezdirin.

9 1 tutam tuz ve 1 tutam karabiber ile baharatlayın, ardından oda sıcaklığında hemen servis edin.

Besin Değerleri

255	13g	12g	20g	2g	10g	360mg
KALORI	PROTEİN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LİF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

En iyi lezzet için her zaman oda sıcaklığında malzemeler kullanın - mozzarella'yı optimal sıcaklık ve dokuya ulaşması için servisten 30 dakika önce buzdolabından çıkarın.

Lezzetlerin sulanmasını ve tabağın ıslanmasını önlemek için düzenlemeden önce domates ve mozzarella dilimlerini kağıt havlu ile kurutun.

Balzamik redüksiyon yaparken son dakikalarda dikkatli olun çünkü mükemmelden yanığa çok hızlı geçebilir. Soğudukça kıvamını almaya devam edecektir.

Fesleğin en iyi lezzet ve görünümünü koruması için yaprağı bıçakla kesmek yerine elle yırtın, böylece çürümeyi önlersiniz.

Canlı renkleri korumak ve malzemelerin ıslanmasını önlemek için zeytinyağı ve balzamik redüksiyonu servisten hemen önce gezdirin.

En otantik deneyim için mümkün olduğunda San Marzano domatesi ve bufala mozzarella (mozzarella di bufala) kullanın - lezzet farkı olağanüstü.

Salata üzerinde daha iyi doku ve lezzet dağılımı için normal sofr tuzu yerine pul deniz tuzu kullanarak baharatlayın.

Balzamik redüksiyonunuz çok koyulaşırsa, istenen kıvama getirmek için biraz su ekleyerek nazikçe ısıtın.