Соус барбекю

OsThemes · 15.02.2024



Время готовки

30 минут

Сложность

Легко

Серверовка

4

Описание

Соус барбекю обладает множеством полезных свойств для нашего здоровья и вкуса блюд. Он содержит разнообразные пряности, такие как перец чили и корицу, которые способствуют повышению аппетита и улучшению циркуляции крови. Кроме того, соус барбекю богат аминокислотами, которые помогают укреплять мышцы и ускорять восстановление после тренировок. Также в его состав входят антиоксиданты, такие как витамин С и витамин А, которые защищают наш организм от свободных радикалов и предотвращают развитие различных болезней. В целом, соус барбекю делает наши блюда вкуснее и полезнее для нашего здоровья.

Ингредиенты

- томатная паста - 3 ст. л.
- помидоры протертые пассата - 300 г
- мед - 4 ст. л.
- лук репчатый - 1 головка
- паприка - 1 ч. л.
- паприка копченая - 2 ч. л.
- соль - по вкусу
- перец - по вкусу
- сливочное масло - 20 г

Способ приготовления

1. Лук мелко нарезать и обжарить на сливочном масле до золотистого цвета.
2. Добавить к луку остальные ингредиенты. Уварить соус до загустения примерно в течение 15 минут. После взбить блендером соус до однородности.
3. Соус идеален к шашлыку, крылышкам и т. д.