# Kulinarna miłość

data aktualizacji: 2025.02.03  autor: Redakcja

Krewetki w sosie mango-chilli (fot. DYNACOOK)

**Walentynki to czas, gdy miłość unosi się w powietrzu, a domy wypełniają się dźwiękami ulubionych melodii, romantycznym światłem świec i zapachem pysznych potraw. To również doskonały moment, by wspólnie z ukochaną osobą odkryć magię gotowania. Nowoczesne technologie kuchenne, takie jak płyty gazowe pod szkłem, mogą zamienić każdą chwilę w kuchni w prawdziwą kulinarną przygodę. Jak więc przygotować z ich pomocą krewetki w sosie mango-chili jako danie główne romantycznej kolacji? A może klasyczną sałatkę w stylu greckim?**

**Gotowanie z ukochaną osobą może być nie tylko wspaniałą zabawą, ale również doskonałą okazją do spędzenia wspólnych chwil w intymnej**

**atmosferze. Na Walentynki szczególnie polecamy krewetki w sosie mango-chili – potrawę, która zachwyci smakiem i wyglądem. Egzotyczne połączenie słodkiego mango i ostrego chili tworzy harmonię smaków, która podbije podniebienia. W jaki sposób przygotować tą potrawę na gazowej płycie kuchennej?**

**Składniki:**

- 500g krewetek - obranych i oczyszczonych
- 1 mango, obrane i pokrojone w kostkę
- 1 czerwona papryka, pokrojona w cienkie paski
- 1 czerwona cebula, posiekana w drobną kostkę
- 2 ząbki czosnku, wyciśnięte przez praskę lub posiekane
- 2 łyżki oleju (wybierzmy swój ulubiony - eksperci DYNACOOK polecają olej kokosowy)
- 6 łyżek sosu sojowego
- 2 łyżki miodu
- 2 łyżeczki sosu chili (eksperci DYNACOOK polecają sos sriracha)
- Sok z 1 limonki
- Posiekana kolendra do dekoracji

**Przygotowanie:**

1. Na dużej patelni rozgrzejmy olej kokosowy.
2. Dodajmy posiekaną cebulę, a następnie smażmy ją na średniej mocy płyty DYNACOOK przez 2-3 minuty do zeszklenia.
3. Następnie dodajmy czosnek i smażmy 1-2 minuty.
4. W kolejnym kroku dodajmy krewetki i smażmy je, dopóki lekko się zrumienią (jeśli korzystamy z krewetek mrożonych - pamiętajmy, aby rozmrozić je 1-2 godziny przed gotowaniem)
5. Dodajmy pokrojone mango, paprykę, sos sojowy, miód, sos chili oraz sok z limonki.
6. Wymieszajmy i gotujmy przez kolejne 5-7 minut.

**A co po krewetkach? Mamy pewien bonus - przepis na delikatną sałatkę a'la w stylu greckim. Danie nie tylko zachwyci wyglądem, ale także smakiem. Jej świeżość i różnorodność składników sprawią, że stanie się ona doskonałym dodatkiem do każdej, walentynkowej kolacji.**

[[[2404]]]

**Składniki:**

- 1 opakowanie mixu sałat (różnorodność liści zapewni lepszą teksturę)
- 250g pomidorków koktajlowych (przekrojone na pół)
- 100g czarnych oliwek (bez pestek, przekrojone na pół)
- 1 ogórek (pokrojony w cienkie plasterki)
- 1 czerwona cebula (pokrojona w cienkie piórka - pamiętajmy, aby wyciąć białe błonki, one powodują gorzkość papryki)
- 1 żółta papryka (pokrojona w paski)

**Sos Winegret:**

- 5 łyżek oliwy z oliwek
- Sok z połowy cytryny

- 2 łyżeczki musztardy dijon
- 2 łyżeczki miodu
- Sól i pieprz do smaku

**Przygotowanie:**

1. W dużej misce umieśćmy mix sałat.
2. Dodajmy pomidorki koktajlowe, oliwki, pokrojony ogórek, czerwoną cebulę i żółtą paprykę.
3. Przygotujmy sos winegret, mieszając dokładnie oliwę z oliwek, ocet winny, musztardę dijon i miód. Doprawmy mieszankę solą i pieprzem do smaku.
4. Polejmy sałatkę przygotowanym sosem winegret i delikatnie wymieszajmy, aby składniki równomiernie się połączyły.
5. Odstawmy sałatkę do lodówki na co najmniej 30 minut, aby smaki się przegryzły.

Źródło: https://gotuj.eglos.pl/aktualnosci/item/44786-kulinarna-milosc