



- 150 ml kuuma vett
- 1–1 ½ sl õli
- 2–3 sidruni mahl
- pisut soola

Segage sojajahu toasooja veega ja kalake segu pidevalt liigutades keevasse vette. Keetke segades tasasel tulel umbes 20 minutit ja jahutage. Mahajahtunud segu tõstke natukeseks ajaks sügavkülma. Jääkülma sojasegusse lisage õli ja välja pressitud sidrunimahl ning vahustage seni, kuni see pakseneb. Maitsestage soolaga. Säilitage kaanetatud purgiga külmikus.

Sojamajoneesi sobib väga hästi kuumade ja külmade aedviljadega, aga ka roheline lehtsalatiga. Soovi korral võite majoneesi maitsestada teile meelepäraste looduslike maitsetaimedega.

Punane salatikaste

- 125 ml tomatimahla
- 50 ml õli
- 2 sl õunaäädikat
- ½ sl sinepit
- paprikapulbrit
- sidrunipart
- ¼ tl soola
- 1 sl mett
- 1 väike peenestatud sibul
- 1 peenestatud küüslauguküüs
- 1 sl tomatipüreed

Mikserdage loetletud ainetest ühtlane kaste, valage purki ja hoidke kaane all külmikus.

Porrukaste

- 250 g porrut
- 100 g kodujuustu
- 100 ml rammusat piima
- või kohvikoor

Pestud tahendatud porru poolitage pikuti ja lõigake õhukesteks viiludeks. Segage kodujuust piimaga, lisage porruviilud ning segage veel kord ühtlaselt läbi. Hoidke enne serveerimist 15–20 minutit külmikus.

Kaste sobib keedetud kartuli, köögi-viljakotlettide või mis tahes taimedest rohelist salatiga.

Hiirekõrvasalat

- 1 väiksem punane peet
- 1 porgand
- ¼ juursellerit või 1 sellerivars
- väike peotäis noori võilillelehti
- basiilikulehti
- väike peotäis poolavanenud kaselehti
- õlikastet

Pestud, nõrutatud ja paberil tahendatud suurematelt võilillelehtedelt eemaldage pearood, väikesed lehed jätke terveks. Vooderdage salatikauss võilillelehtedega. Puhastatud, kooritud, ent keetmata juurviljad riivige eraldi. Sellerivars lõigake õhukesteks viiludeks. Asetage juurviljad nägusalt (liigiti) lehtedele. Peale pange basiilikulehti. Salat valage üle õlikastmega ning kaunistage pestud ja tahendatud kase hiirekõrvadega.

Võilille-punapeedisalat

Salat

- noori võilillelehti
- toorest või keedetud punapeeti

Kaste

- 3 sl vett
- ½ sl veiniäädikat
- 2 sl õli
- 50 g rokfoori juustu
- 1 küüslauguküüs
- 3 sl peenestatud petersellilehti
- 1 õun
- 1 väiksem sibul

Pestud tahendatud noored võilillelehed rebige tükkideks ja vooderdage salatikauss nendega. Peale tõstke kuhjana rii-vitud punapeet. Murendage juustutükk, lisage vesi ja hõõruge ühtlaseks massiks. Hakkige sibul, õun ja küüslauk hästi peeneks ning lisage juustumassile, samuti peenestatud petersell ja õli. Segage kaste hoolikalt läbi, valage salati pinnale.

Kartulisalat võilille õienuppudega

Salat

- 8 keedetud kartulit
- 1 kl väikesi võilillenuppe
- 1 sibul või peotäis murulauku
- 2–3 tomatit
- ½ kl peenestatud tilli
- ½ kl peenestatud peterselli
- kortslehti või lehtsalatit
- 2 sl purustatud kitsejuustu
- ½ kollast paprikat
- ½ punast paprikat

Kaste

- 2 sl vett
- 2 sl õunaäädikat
- 2 sl õli
- 1 purustatud küüslauguküüs
- ½–1 tl suhkrut
- ½ tl soola

Koorige külmad keedetud kartulid ja lõigake paksudeks viiludeks. Keetke võilillenuppe kergelt soolaga maitsestatud vees umbes 5 minutit. Keeduvett sobib ka estragoniga maitsestada. Kurnake keeduveesi ja jätke õienupud sõelale nõrguma.

Sibul ja murulauk hakkige peeneks, tomat lõigake õhukesteks sektoriteks. Valmistage loetletud ainetest kaste. Tõstke salatiained kihiti kaussi, peale valage kaste. Pange paariks tunniks külmikusse, et maitse seguneks.

Serveerimise eel kallake salat roheline lehtsalati või kortslehtedega vooderdatud kaussi. Peale puistake murendatud pehmet juustu ja väikesteks kuubikuteks lõigatud paprikat.

Mahe salat jänesekapsast ja vesiheinast

- peotäis jänesekapsast
- peotäis vesiheina
- 4–5 karulaugulehte
- 100 ml maitsestatamata jogurtit
- ürdisoola

Peske värskest korjatud taimed voolava vee all puhtaks, nõrutage. Eemaldage vesiheina juured ja näppige jänesekapsalehed niitjalt varrelt. Karulaugulehed lõigake ribadeks. Maitsestage jogurt ürdisoolaga ja segage ettevalmistatud rohelisega.

Oblikasalat redistega

- 5–6 redist
- murulauku
- 200 g haput oblikat
- soola
- suhkrut
- sojamajoneesi

Lõigake redised õhukesteks viiludeks, pestud ja tahendatud oblikad lõigake ribadeks, murulauk hakkige peeneks, maitsestage. Segage kõik salatiained ühtlaselt läbi, peale valage sojamajoneesi. Enne serveerimist hoidke külmikus.

Võilille- ja nurmenukulalat redisega

- 100 g võilillelehti
- 100 g nurmenukulehti
- 100 g redist koos lehtedega
- 50 g karulauku
- 50 g murulauku
- soola
- suhkrut
- 1 sl õunaäädikat
- 1 tl sinepit
- 200 g maitsestatamata jogurtit

Peske võilille-, redise- ja nurmenukulehed voolava vee all puhtaks, samuti muru- ja karulauk. Nõrutage ja tahendage pehmel majapidamispaperil. Noored redisepealsed on pehmed ja sobivad väga hästi salatisse.

Peenestage salati rohelistest koostisosadest ning segage viilutatud redistega. Maitsestage jogurt sinepi, äädika, soola ja suhkruga, kloppige hästi läbi ning valage salatile.