

Sójová omáčka bez zmatků

Jak poznat světlou, tmavou, japonskou, bezlepkovou a sladkou variantu - a použít každou tam, kde opravdu funguje.



Výběr za 60 sekund

Typ	Hlavní role	Nejllepší použití	Pozor
Světlá čínská	Dochutí bez výrazného ztmavení	Wok, nudle, marinády	Světlá ≠ méně soli
Tmavá čínská	Barva, tělo a lesk	Dušení, rýže, glazury	Používejte spíš jako doplněk
Japonský typ	Vyvážená vůně a umami	Vaření, dipy, polévky	Obvykle obsahuje pšenici
Tamari / bezlepková	Plnější sójová chuť	Dipy, marinády	Tamari není vždy bez lepku
Ketjap manis	Sladkost a hustá glazura	Nasi goreng, satay	Nenahrazuje běžnou 1 : 1

Nejdůležitější zkratka

Světlá čínská omáčka hlavně dochucuje. Tmavá hlavně barví a zaobluje. Japonský typ je univerzální a aromatický. Ketjap manis je sladká hustá omáčka. Pro méně soli nebo bezlepkové vaření hledejte výslovné označení na etiketě.

Dávkování, náhrady a skladování

Začněte menší dávkou. Sójovou omáčkou nahradte část soli, přidejte ji ve dvou krocích a ochutnejte až po promíchání.

Použití	Výchozí dávka	Postup
Stir-fry pro 2	2-3 lžičky	Přidat k opečeným surovinám
Marináda na 500 g	1 lžice	Doplnit olejem a aromaty
Polévka / vývar 1 l	1 lžice	Přidávat po částech, potom dosolit
Dip pro 2	1-2 lžice	Zjemnit octem, citrusy nebo vodou

Když chybí správný typ

Světlá místo běžné Obvykle funguje, ale může působit slaněji. Začněte menší dávkou.	Běžná místo tmavé Dochutí, ale nepřidá stejnou barvu ani lesk. Barvu nedohánějte množstvím.
Tamari místo shoyu Často lze použít podobné množství. Po výměně vždy ověřte slanost.	Ketjap manis Použijte jen tehdy, když recept snese výraznou sladkost a hustotu.

Pět chyb, které zkazí výsledek

1 Světlá = nízkosodná	2 Jedna lahev na vše	3 Sůl před ochutnáním	4 Dlouhé pálení	5 Stejná dávka po výměně
--------------------------	-------------------------	--------------------------	--------------------	-----------------------------

Po otevření

Vzduch a teplo urychlují tmavnutí a ztrátu vůně. Lahev dobře zavírejte a řiďte se pokyny výrobce; u klasického obalu bývá nejbezpečnější lednice. Speciální vzduchotěsné lahve mohou mít jiné doporučení.

Tip: Když omáčku používáte jen občas, menší balení udrží chuť lépe než dlouho otevřená litrová lahev.

Rychlá kontrola před vařením

Chci hlavně dochutit Sáhněte po světlé nebo běžné omáčce a začněte menší dávkou.	Chci tmavou barvu Použijte tmavou omáčku po troškách. Větší dávka není náhradou za správný typ.	Řeším sůl nebo lepek Rozhoduje výslovné označení na etiketě, ne světlá či tmavá barva.
---	--	---

Nákupní mapa: pět lahví, pět úkolů

Nejde o pořadí od nejlepší. Vyberte podle jídla, alergenu a požadované slanosti. Aktuální cenu a dostupnost ověřte na produktové stránce Taste of Asia.

	Světlá 300 ml Univerzální dochucení Wok, nudle a marinády Otevřít produkt v e-shopu
	Tmavá 300 ml Barva a lesk Dušení a smažená rýže Otevřít produkt v e-shopu
	Ketjap Manis 250 ml Sladká glazura Nasi goreng a satay Otevřít produkt v e-shopu
	Japonský typ 1 l Snížený obsah soli Když nestačí slovo „světlá“ Otevřít produkt v e-shopu
	Megachef 500 ml Bezlepková volba Při bezlepkovém vaření Otevřít produkt v e-shopu

Rychlé rozhodnutí

Pro první lahev zvolte světlý nebo běžný typ. Tmavou kupte jako druhou pro barvu. Ketjap manis je samostatná sladká kategorie. Při omezení soli nebo lepku rozhoduje výslovné označení a etiketa, ne barva omáčky.