

# Салати



- Салата е кулинарен продукт, сервиран обикновено като предястие, приготвено от нарязани и смесени зеленчуци, плодове или зеленчуци и плодове. Името салата идва от френската дума "salade". Салатите в повечето случаи се сервират студени (с малки изключения), често се добавят към сандвичи или като гарнитура към основни ястия. В някои видове салати могат да бъдат добавени месо, морски дарове, колбас, сирене, яйца и други.
- Най-често салатите биват заливани със зехтин или олио, смесени с оцет (сос винегрет) и добавена готварска сол. В някои страни добавят сметана. Често се добавят хлебни късчета, изпържени в масло, които се наричат кротони. Салати могат да се сервират освен като предястие, така и като десерт във вид на „плодова салата“. Салатите могат да бъдат смесвани в най-причудливи варианти, например яйца с майонеза и скариди или яйца с пиле, риба тон, скариди, и шунка. В Източна Европа особено популярна е руска салата с майонеза и руска салата с червено цвекло..

# Видове салати

- С дресинг
- Без дресинг
- Сезонни
- Месни
- С приготвяне на храната