

Fasolka w sosie pomidorowym

Fasolka w sosie pomidorowym – klasyka w nowej odsłonie

Delikatna fasolka szparagowa zatopiona w aksamitnym sosie pomidorowym to propozycja, która zachwyci nawet najbardziej wymagających smakoszy. To danie, w którym prostota składników spotyka się z głębią smaku, tworząc kompozycję idealną na każdą porę roku.

Dla kogo?

Fasolka w sosie pomidorowym to doskonały wybór zarówno dla wegetarian poszukujących sycącego dania, jak i dla rodzin z dziećmi. Delikatny smak sosu pomidorowego z nutą aromatycznych ziół sprawia, że nawet najmłodsi miłośnicy kuchni z przyjemnością sięgną po dokładkę. To również świetna propozycja dla osób dbających o linię – niskokaloryczna, a jednocześnie pełna wartości odżywczych.

Na jaką okazję?

To danie sprawdzi się jako lekki obiad w ciepły dzień, dodatek do grillowanych mięs czy samodzielna przekąska. Możesz podać je na rodzinnym obiedzie, podczas nieformalnego spotkania z przyjaciółmi lub jako element większej uczyty. Fasolka w sosie pomidorowym doskonale komponuje się z pieczywem, ryżem lub ziemniakami.

Czy wiesz, że?

Fasolka szparagowa to skarbnica błonnika, witamin i minerałów. W połączeniu z pomidorami, które są bogate w likopen – silny przeciwutleniacz, tworzy duet o wyjątkowych właściwościach

zdrowotnych. Dodatek świeżych ziół nie tylko wzbogaca smak, ale również dostarcza cennych składników odżywczych.

Dla urozmaïcenia

Spróbuj dodać do sosu odrobinę śmietanki lub startego parmezanu dla kremowej konsystencji. Możesz też wzbogacić danie o podsmażone pieczarki, kolorową paprykę lub kawałki grillowanego kurczaka. Dla miłośników ostrych smaków polecamy dodanie płatków chili lub świeżo zmielonego czarnego pieprzu.