

Jednogarnkowe danie z kaszą pęczak, warzywami i kurczakiem

Jednogarnkowe danie z kaszą pęczak, warzywami i kurczakiem

Szukasz pomysłu na szybki, a jednocześnie pełnowartościowy obiad? Jednogarnkowe danie z kaszą pęczak, warzywami i kurczakiem to idealne rozwiązanie! Ta aromatyczna kompozycja łączy w sobie pożywną kaszę, soczyste kawałki kurczaka oraz kolorowe warzywa, tworząc posiłek, który zaspokoi nawet najbardziej wymagające podniebienia.

Delikatne kawałki kurczaka przesmażone na oliwie, chrupiąca papryka, soczysta cukinia i słodki groszek tworzą harmonijną całość, której smak podkreśla Knorr Naturalnie Smaczne – Gulasz. Danie jest nie tylko pyszne, ale też niezwykle proste w przygotowaniu – wszystko gotujesz w jednym garnku, oszczędzając czas i zmywanie!

Dla kogo?

To danie sprawdzi się idealnie dla zabieganych osób, które cenią sobie czas, ale nie chcą rezygnować z wartościowego posiłku. Kasza pęczak z warzywami i kurczakiem to również świetny wybór dla rodzin z dziećmi oraz wszystkich, którzy doceniają odżywcze właściwości kasz.

Na jaką okazję?

Doskonałe na codzienny obiad, gdy brakuje czasu lub pomysłu na posiłek. Kasza pęczak z kurczakiem uratuje Cię, gdy goście zapowiedzą się z wizytą, a Ty potrzebujesz szybko przygotować

sycący i smaczny posiłek.

Czy wiesz, że?

Pęczak to prawdziwa skarbnica wartości odżywczych – ma najwyższą wartość odżywczą spośród wszystkich kasz jęczmiennych. Jest to pozbawione łuski całe ziarno, bogate w błonnik, białko oraz witaminy z grupy B, które wspierają prawidłowe funkcjonowanie organizmu.

Dla urozmaicenia

Jeśli lubisz pikantne dania, dodaj do sosu drobno posiekaną papryczkę chili. Możesz również wzbogacić potrawę o suszone pomidory, oliwki lub świeże zioła, takie jak rozmaryn czy tymianek, które nadadzą daniu śródziemnomorskiego charakteru.