

Kremowe brokuły z kalafiolem w sosie 'trzy sery'

Kremowe brokuły z kalafiolem w sosie „trzy sery”

Delikatne różyczki brokułów i kalafiora zatopione w aksamitnym sosie serowym to prawdziwa uczta dla podniebienia. Ten kremowy duet warzywny zyskuje wyjątkowy charakter dzięki połączeniu trzech rodzajów sera, które tworzą harmonijną kompozycję smaków – od łagodnego poprzez kremowy, aż po wyrazisty, lekko słony akcent.

Dla kogo?

Danie idealne dla miłośników warzyw, którzy cenią sobie kremowe, sycące potrawy. Sprawdzi się zarówno jako propozycja dla wegetarian szukających pełnowartościowego posiłku, jak i dla rodzin z dziećmi – maluchy z pewnością docenią łagodny, serowy smak, który zachęci je do zjedzenia zdrowych warzyw.

Na jaką okazję?

To doskonały wybór na szybki obiad w ciągu tygodnia, gdy brakuje czasu na skomplikowane dania. Równie dobrze sprawdzi się jako elegancki dodatek do niedzielnego obiadu czy kolacji z przyjaciółmi. Podane w efektownym naczyniu będzie nie tylko smaczne, ale i pięknie się prezentowało.

Czy wiesz, że?

Brokuły i kalafior to prawdziwe skarbnice witamin i minerałów. Połączenie ich z serami bogatymi w wapń i białko sprawia, że danie jest nie tylko smaczne, ale i wartościowe odżywczo. Dodatek soku z cytryny podczas gotowania warzyw pomaga

zachować ich soczysty, zielony kolor i świeżość.

Dla urozmaicenia

Podstawową wersję dania możesz modyfikować według upodobań. Spróbuj dodać prażone pestki słonecznika dla chrupkości, suszone pomidory dla słodko-kwaśnej nuty lub podsmażony boczek dla mięsnego akcentu. Danie świetnie komponuje się z różnymi dodatkami – od makaronu, przez kaszę, aż po pieczone ziemniaki.