

Makaron orkiszowy z rukolą i mozzarellą

Makaron orkiszowy z rukolą i mozzarellą – klasyka w nowej odsłonie

Delikatny makaron orkiszowy w połączeniu z pikantną rukolą i kremową mozzarellą tworzy danie, które zachwyca prostotą i wyrazistym smakiem. To kompozycja, w której każdy składnik ma swoje miejsce – soczyste kawałki kurczaka, aromatyczne pieczarki i słodko-kwaśne pomidory z dodatkiem kaparów. Całość łączy się w harmonijny, pełen smaku posiłek, który przygotujemy w zaledwie kilkanaście minut.

Dla kogo?

Danie idealne dla miłośników kuchni włoskiej, którzy cenią sobie zdrowe składniki. Makaron orkiszowy to doskonałe źródło błonnika i białka, a rukola dostarcza cennych witamin. To propozycja zarówno dla zabieganych singli, jak i rodzin z dziećmi – wszyscy znajdą w nim coś dla siebie.

Na jaką okazję?

Sprawdzi się jako szybki obiad w ciągu tygodnia, gdy czasu na gotowanie jest niewiele. Równie dobrze zaprezentuje się na nieformalnej kolacji z przyjaciółmi – wystarczy podać do niego lampkę włoskiego wina i chrupiącą bagietkę. Latem można serwować je na ciepło lub jako sałatkę makaronową na zimno.

Czy wiesz, że?

Orkisz to prądawne zboże, które wraca do łask ze względu na

swoje właściwości odżywcze. Zawiera więcej białka i minerałów niż zwykła pszenica, a makaron z niego przygotowany ma przyjemny, orzechowy posmak, który doskonale komponuje się z wyrazistymi składnikami sosu.

Dla urozmaicenia

Możesz zastąpić kurczaka krewetkami lub pozostawić danie w wersji wegetariańskiej. Zamiast mozzarelli sprawdzi się również ser kozi lub ricotta. Jeśli lubisz ostrzejsze smaki, dodaj do sosu odrobinę chili lub świeżo zmielonego czarnego pieprzu.