

Meksykańska sałatka z szynką

Meksykańska sałatka z szynką – smak słonecznego Meksyku na Twoim talerzu

Meksykańska sałatka z szynką to prawdziwa eksplozja smaków i kolorów! Delikatny ryż stanowi doskonałą bazę dla soczystej szynki, chrupiącej papryki i słodkiego ananasa. Całość dopełnia kremowy sos na bazie majonezu i musztardy, który nadaje potrawie charakterystyczny, lekko pikantny charakter. Skórka i sok z cytryny wprowadzają orzeźwiającą nutę, a natka pietruszki dodaje świeżości i aromatu.

Dla kogo?

Ta sałatka to doskonały wybór dla osób ceniących szybkie, ale pełnowartościowe posiłki. Sprawdza się zarówno jako lekki obiad, jak i sycąca kolacja. Dzięki połączeniu białka z szynki i węglowodanów z ryżu, danie to zapewnia uczucie sytości na długi czas, będąc jednocześnie lekkim i łatwostrawnym.

Na jaką okazję?

Meksykańska sałatka z szynką to idealny pomysł na **letnie przyjęcie w ogrodzie**, piknik czy spotkanie z przyjaciółmi. Możesz ją przygotować wcześniej i przechować w lodówce, dzięki czemu będziesz mieć więcej czasu dla gości. Sprawdza się również jako efektowna przystawka na rodzinnym obiedzie.

Czy wiesz, że?

Połączenie słodkiego ananasa z wędliną to klasyka kuchni hawajskiej, która doskonale komponuje się z meksykańskimi akcentami. Ananas zawiera bromelainę – enzym, który pomaga w

trawieniu białek, czyniąc tę sałatkę nie tylko smaczną, ale i łatwostrawną.

Dla urozmaicenia

Możesz wzbogacić sałatkę o kukurydzę, czarne fasolki lub awokado, aby nadać jej jeszcze bardziej meksykański charakter. Dla miłośników ostrzejszych smaków polecamy dodanie posiekanej papryczki jalapeno lub kilku kropel sosu tabasco.