

Najprostsza sałatka grillowa

Najprostsza sałatka grillowa – idealna na letnie spotkania

Szukasz lekkiego dodatku do grillowanych potraw? Ta **najprostsza sałatka grillowa** to strzał w dziesiątkę! Świeże warzywa skąpane w aromatycznym sosie stanowią doskonałe uzupełnienie każdego grillowego menu.

Przygotowanie jest dziecinnie proste – warzywa kroimy według własnych upodobań, łączymy z delikatnym sosem na bazie oliwy, a całość posypujemy świeżym szczypiorkiem. Cała operacja zajmuje zaledwie *kilka minut*, a efekt zachwyci wszystkich gości.

Dla kogo?

Sałatka sprawdzi się zarówno dla miłośników mięs z grilla, jak i dla wegetarian. Jest lekka, orzeźwiająca i pełna witamin, więc zadowoli nawet osoby dbające o linię. Dzieci również ją pokochają, szczególnie jeśli pokroimy warzywa w ciekawe kształty!

Na jaką okazję?

Idealnie sprawdzi się podczas **rodzinnych grillów**, pikników w parku czy spotkań na działce. To także świetna propozycja na szybki lunch do pracy lub kolację w upalne dni, gdy nie mamy ochoty na gotowanie.

Czy wiesz, że...

Sałatki warzywne to nie tylko smaczny dodatek, ale także źródło cennych składników odżywczych. Regularne spożywanie świeżych warzyw wspomaga odporność i pozytywnie wpływa na

trawienie. *Oliwa z oliwek* zawarta w sosie dostarcza zdrowych tłuszczów i pomaga w przyswajaniu witamin rozpuszczalnych w tłuszczach.

Dla urozmaicenia

Możesz wzbogacić sałatkę o **ser feta**, oliwki, prażone pestki słonecznika lub orzechy. Dodaj ulubione zioła – bazylię, miętę lub kolendrę. Eksperymentuj z sosem dodając miód, musztardę lub sok z cytryny. Każda wersja będzie równie pyszna!