

Naleśniki z kurczakiem i cukinią

Naleśniki z kurczakiem i cukinią – pyszny obiad dla całej rodziny

Delikatne naleśniki wypełnione soczystym kurczakiem, chrupiącą cukinią i słodką papryką to propozycja, która zachwyci podniebienia wszystkich domowników. Ten prosty przepis łączy w sobie lekkość ciasta naleśnikowego z sycącym, aromatycznym farszem, tworząc danie idealne na rodzinny obiad czy kolację.

Dla kogo?

Naleśniki z kurczakiem i cukinią to doskonała propozycja dla osób ceniących szybkie, a jednocześnie pełnowartościowe posiłki. Połączenie delikatnego mięsa drobiowego z warzywami sprawia, że danie jest nie tylko smaczne, ale również zdrowe i lekkostrawne. To idealny wybór dla rodzin z dziećmi, które nie przepadają za warzywami – w tej formie z pewnością je pokochają!

Na jaką okazję?

Ten przepis sprawdzi się zarówno na codzienny obiad, jak i na nieformalną kolację z przyjaciółmi. [Naleśniki](#) można przygotować wcześniej i odgrzać przed podaniem, co czyni je idealnym rozwiązaniem dla zapracowanych osób. Dodatkowo, elegancko podane na talerzu z dodatkiem świeżych ziół, mogą stanowić atrakcyjną propozycję na lekki lunch w weekend.

Czy wiesz, że?

Cukinia to warzywo niezwykle bogate w składniki odżywcze, a jednocześnie niskokaloryczne. W połączeniu z białkiem kurczaka

tworzy zbilansowany posiłek, który dostarcza energii na długie godziny. Naleśniki to również doskonały sposób na wykorzystanie sezonowych warzyw i przemycenie ich do diety niejadków.

Dla urozmaicenia

Możesz eksperymentować z farszem, dodając ulubione warzywa, zioła czy przyprawy. Spróbuj zastąpić kurczaka indykiem lub łososiem, a cukinię bakłażanem lub szpinakiem. Dla bardziej wyrazistego smaku dodaj do farszu suszone pomidory lub oliwki. Naleśniki możesz również zapiec pod warstwą sera, uzyskując chrupiącą, apetyczną skorupkę.