

Pieczony topinambur z rukolą

Pieczony topinambur z rukolą – wykwintna sałatka pełna smaku

Odkryj niezwykły smak **pieczonego topinamburu** połączonego z delikatną rukolą i aromatycznym dresingiem. Ta prosta, a jednocześnie wyrafinowana sałatka zachwyci Cię harmonią smaków i tekstur. Topinambur, zwany również słonecznikiem bulwiastym, po upieczeniu zyskuje niepowtarzalny, orzechowy aromat, który doskonale komponuje się z pikantną rukolą i wyrazistym parmezanem.

Dla kogo?

Sałatka z pieczonego topinamburu to propozycja dla *miłośników kulinarnych odkryć* i osób ceniących zdrowe, sezonowe składniki. Doskonale sprawdzi się zarówno jako lekki obiad dla wegetarian, jak i wykwintny dodatek do dań mięsnych. Dzięki prostemu przygotowaniu i wyjątkowemu smakowi, zadowoli nawet najbardziej wymagających smakoszy.

Na jaką okazję?

Ta elegancka sałatka będzie **gwiazdą rodzinnego obiadu**, ale równie dobrze sprawdzi się podczas kolacji z przyjaciółmi czy romantycznej kolacji we dwoje. Jej nietuzinkowy charakter i estetyczna prezentacja z kwiatami dzikiego słonecznika uczyni każdy posiłek wyjątkowym wydarzeniem.

Czy wiesz, że?

Topinambur to prawdziwa *skarbnica zdrowia* – zawiera inulinę, która wspomaga pracę układu pokarmowego i jest polecana osobom z cukrzycą. Ten niedoceniany warzywo ma delikatny, słodkawy

smak przypominający karczoch, a po upieczeniu nabiera kremowej konsystencji i orzechowego aromatu.

Dla urozmaicenia

Możesz wzbogacić sałatkę o **prażone pestki dyni** lub orzechy włoskie dla dodatkowej chrupkości. Świetnie sprawdzą się też suszone żurawiny, które dodadzą słodko-kwaśnej nuty. Dla bardziej sycącej wersji, dodaj ugotowaną komosę ryżową lub soczewicę.