

Pierś z kurczaka z rukolą

Soczysta pierś z kurczaka z rukolą i cytrusami

Delikatna pierś z kurczaka otulona aromatyczną marynatą z przyprawą Knorr, sokiem pomarańczowym i oliwą to prawdziwa uczta dla zmysłów. Mięso, idealnie przyrumienione z zewnątrz i soczyste w środku, doskonale komponuje się ze świeżą rukolą oraz słodko-kwaśnymi cytrusami. Orzeźwiający sos na bazie oleju sezamowego, imbiru i papryczki chili dodaje całości pikantnego charakteru, tworząc harmonijną kompozycję smaków.

Dla kogo?

Danie idealne dla osób ceniących lekkie, a jednocześnie sycące posiłki. Połączenie delikatnego mięsa drobiowego z wyrazistymi cytrusami i pikantnym sosem zadowoli zarówno miłośników klasycznej kuchni, jak i poszukiwaczy nowych, ciekawych smaków. To propozycja dla wszystkich, którzy cenią sobie proste, ale efektowne dania.

Na jaką okazję?

Pierś z kurczaka z rukolą i cytrusami sprawdzi się doskonale jako elegancka kolacja we dwoje lub lekki obiad dla przyjaciół. To również świetny pomysł na letni posiłek, gdy wysokie temperatury skłaniają nas do sięgania po lżejsze dania. Efektowny wygląd sprawi, że goście będą pod wrażeniem Twoich kulinarnych umiejętności.

Czy wiesz, że?

Białe mięso drobiowe zyskuje wyjątkowy smak w towarzystwie wyrazistych dodatków. Cytrusy nie tylko odświeżają smak dania,

ale także wspomagają trawienie i dostarczają cennej witaminy C. Rukola dodaje charakterystycznej, lekko orzechowej nuty, która idealnie równoważy słodycz owoców.

Dla urozmaicenia

Spróbuj dodać do dania prażone pestki dyni lub słonecznika dla chrupkości. Możesz też zastąpić rukolę mieszanką sałat lub szpinakiem. Dla bardziej wyrazistego smaku, dodaj do marynaty odrobinę miodu lub syropu klonowego. Podawaj z grissini lub chrupiącą bagietką.