

Sałatka Kurczak caprese

Sałatka Kurczak Caprese – Elegancka Fuzja Smaków

Sałatka Kurczak Caprese to wytworna interpretacja klasycznej włoskiej przekąski. Soczyste medaliony z kurczaka, delikatnie przyprawione i obsmażone na złocisto, harmonijnie łączą się z kremową mozzarellą, dojrzałymi pomidorami i aksamitnym awokado. Całość uzupełnia lekko pikantna rukola, suszone pomidory oraz prażone orzeszki piniowe, nadające potrawie przyjemną chrupkość. Zwieńczeniem kompozycji jest aromatyczny [sos](#) balsamiczny z nutą miodu, który elegancko spaja wszystkie składniki.

Dla kogo?

Idealna propozycja dla miłośników lekkich, a jednocześnie sycących dań. Sprawdzi się zarówno na rodzinnym obiedzie, jak i podczas spotkania z przyjaciółmi. Dzięki połączeniu białka z kurczaka z wartościowymi tłuszczami z awokado i świeżymi warzywami, sałatka zadowoli osoby dbające o zbilansowaną dietę.

Na jaką okazję?

Kurczak Caprese doskonale sprawdzi się jako efektowna przystawka na eleganckim przyjęciu lub jako samodzielne danie główne na letni obiad. Kolorowa kompozycja na talerzu zachwyci gości podczas uroczystej kolacji, a przygotowanie nie wymaga wielu godzin w kuchni.

Czy wiesz, że?

Tradycyjna sałatka Caprese to symbol kuchni włoskiej, który

odzwierciedla barwy flagi tego kraju: czerwień pomidorów, biel mozzarelli i zieleń bazylii. Nasza wersja z dodatkiem kurczaka i awokado zachowuje ducha oryginału, jednocześnie wzbogacając go o nowe smaki i tekstury.

Dla urozmaicenia

Spróbuj zastąpić rukolę mieszanką sałat lub szpinakiem. Możesz też dodać garść kaparów dla wyrazistości lub zastosować grillowany kurczak zamiast smażonego. Dla bardziej wyrazistego smaku, marynuj mięso przez godzinę w oliwie z dodatkiem ziół prowansalskich przed smażeniem.