

Sałatka z grillowaną nektarynką i cukinią oraz z żółtym serem

Letnia sałatka z grillowaną nektarynką i cukinią

Ta **soczysta kompozycja** łączy w sobie słodkich owoców z delikatnością warzyw i wyrazistością sera. Grillowane nektarynki nabierają karmelowego aromatu, a cukinia zachwyca delikatną strukturą z nutą oregano. Całość skropiona lekkim sosem na bazie soku brzoskwiniowego i oliwy tworzy harmonijne połączenie smaków, które orzeźwi w upalne dni.

Dla kogo?

Idealna propozycja dla *miłośników lekkich posiłków* i osób poszukujących ciekawych połączeń smakowych. Sałatka zadowoli zarówno wegetarian, jak i tych, którzy cenią sobie zbilansowane, pełnowartościowe dania. Doskonała dla całej rodziny – dzieci pokochają słodkie nektarynki, a dorośli docenią wyrafinowane połączenie smaków.

Na jaką okazję?

Sprawdzi się jako **lekki obiad** w ciepły dzień, elegancka przystawka na grilla lub dodatek do dań z grilla. To również doskonała propozycja na letnie przyjęcie w ogrodzie czy piknik. Możesz ją przygotować na rodzinny obiad lub kolację z przyjaciółmi – zawsze zrobi wrażenie!

Czy wiesz, że?

Nektarynki to bogate źródło witaminy C i przeciwutleniaczy. Grillowanie wydobywa z nich naturalną słodycz i intensyfikuje aromat. Połączenie owoców z warzywami to nie tylko smaczny, ale i zdrowy wybór, wspierający prawidłowe funkcjonowanie organizmu.

Dla urozmaicenia

Możesz wzbogacić sałatkę o *prażone pestki słonecznika* lub orzechy włoskie dla dodatkowej chrupkości. Żółty ser możesz zastąpić kozim lub fetą, aby nadać potrawie bardziej wyrazisty charakter. Dla miłośników intensywnych smaków polecamy dodanie kilku listków świeżej bazylii lub mięty.