

Sałatka z grillowanych papryk

Sałatka z grillowanych papryk – smak lata na talerzu

Delikatnie słodkie, soczyste papryki z grilla, chrupiące orzeszki i kremowa feta tworzą harmonijną kompozycję smaków w tej prostej, a jednocześnie wyrafinowanej sałatce. Aromatyczna Mieszanka Bałkańska Knorr nadaje całości charakterystycznego, orientalnego posmaku, który przeniesie Cię wprost na słoneczne Bałkany.

Dla kogo?

Sałatka z grillowanych papryk to doskonała propozycja dla miłośników lekkiej kuchni śródziemnomorskiej. Sprawdzi się zarówno jako samodzielne danie dla wegetarian, jak i jako dodatek do grillowanych mięs. Jest też świetną opcją dla osób dbających o linię – papryka jest niskokaloryczna, a jednocześnie bogata w witaminę C i przeciwutleniacze.

Na jaką okazję?

Ta kolorowa sałatka będzie gwiazdą letniego grilla, rodzinnego obiadu czy kolacji z przyjaciółmi. Możesz ją przygotować wcześniej i schłodzić w lodówce, dzięki czemu smaki jeszcze lepiej się połączą. Idealnie sprawdzi się również jako element większego bufetu podczas przyjęcia w ogrodzie.

Czy wiesz, że?

Grillowanie papryk nie tylko wydobywa ich słodycz, ale także intensyfikuje smak. Usunięcie skórki po grillowaniu jest kluczowe – dzięki temu sałatka zyskuje aksamitną konsystencję bez nieprzyjemnych kawałków przypalonej skórki.

Dla urozmaicenia

Możesz wzbogacić sałatkę o grilowaną cukinię lub bakłażana. Świetnie sprawdzą się też suszone pomidory lub oliwki. Jeśli lubisz ostrzejsze smaki, dodaj szczyptę płatków chili lub kilka kropel sosu tabasco. Dla bardziej sycącej wersji, uzupełnij sałatkę o ugotowaną komosę ryżową lub kuskus.