

SAŁATKA Z GRILLOWANYM KURCZAKIEM

Sałatka z Grillowanym Kurczakiem – Letnia Uczta dla Podniebienia

Soczyste kawałki grillowanej piersi z kurczaka w towarzystwie świeżych liści rukoli i roszponki, słodkiego melona i egzotycznego mango, wszystko skropione delikatnym dressingiem jogurtowo-miodowym. Ta kompozycja smaków i aromatów to prawdziwa uczta dla zmysłów!

Dla kogo?

Idealna propozycja dla miłośników lekkich, a jednocześnie sycących posiłków. Połączenie chudego białka z kurczaka z witaminami z zielonych liści i owocami sprawia, że sałatka zadowoli zarówno osoby dbające o linię, jak i smakoszy poszukujących ciekawych połączeń smakowych.

Na jaką okazję?

Doskonała na letni obiad, kolację na tarasie czy spotkanie z przyjaciółmi. Sprawdzi się również jako elegancka przystawka podczas rodzinnego grilla. Jej kolorowy wygląd i świeży smak umilą każde spotkanie przy stole.

Czy wiesz, że?

Połączenie mięsa z owocami to nie tylko smaczny, ale i zdrowy wybór. Enzymy zawarte w mango wspomagają trawienie białka, a miód w dressingu ma właściwości antybakteryjne i wzmacniające odporność.

Dla urozmaicenia

Możesz wzbogacić sałatkę o prażone pestki słonecznika lub dyni dla dodatkowej chrupkości. Jeśli lubisz intensywniejsze smaki, dodaj do dressingu odrobinę musztardy lub soku z cytryny. Zimą zastąp świeże mango i melon suszonymi morełami lub żurawiną.