

Sałatka z kapustą pekińską

Orzeźwiająca Sałatka z Kapustą Pekińską i Brzoskwiniami

Delikatna kapusta pekińska w połączeniu ze słodkimi brzoskwiniami tworzy harmonijne połączenie smaków, które zachwyci każde podniebienie. Ta prosta w przygotowaniu sałatka to doskonały pomysł na lekki posiłek lub dodatek do obiadu. Kremowy sos na bazie majonezu, ketchupu i Sosu sałatkowego Szefa 2w1 Knorr nadaje całości wyrazistego charakteru.

Dla kogo?

Sałatka z kapustą pekińską i brzoskwiniami to propozycja dla wszystkich miłośników lekkich, owocowych kompozycji. Szczególnie spodoba się osobom ceniącym sobie połączenie słodko-wytrawnych smaków oraz chrupiącej tekstury kapusty z miękkością owoców. To także świetna opcja dla zabieganych, którzy szukają szybkiego i pożywnego dania.

Na jaką okazję?

Ta kolorowa sałatka sprawdzi się jako lekka kolacja w ciepły wieczór, dodatek do grilla lub element większego bufetu podczas rodzinnego spotkania. Możesz ją również zabrać do pracy jako zdrowy lunch, który zachowa świeżość przez cały dzień w pojemniku.

Czy wiesz, że?

Kapusta pekińska zawiera znacznie mniej kalorii niż tradycyjna biała kapusta, a jednocześnie jest bogata w witaminę C i błonnik. W połączeniu z brzoskwiniami, które dostarczają naturalnej słodyczy i dodatkowych witamin, tworzy wartościowe

danie wspierające odporność.

Dla urozmaicenia

Zamiast brzoskwiń możesz użyć nektarynek, moreli lub nawet mandarynek. Sałatkę wzbogacisz dodając prażone pestki słonecznika lub orzechy włoskie. Dla bardziej wyrazistego smaku, dodaj odrobinę startego imbiru lub posiekaną kolendrę. Grzanki możesz zastąpić prażonymi migdałami dla dodatkowego chrupnięcia.