

Sałatka z kurczaka i mandarynek

Sałatka z kurczaka i mandarynek – słodko-pikantna kompozycja

Sałatka z kurczaka i mandarynek to wyjątkowe połączenie **soczystego mięsa drobiowego** z orzeźwiającą słodyczą cytrusów. Grillowana pierś z kurczaka, przyprawiona Przyprawą do mięs Knorr, doskonale komponuje się z delikatnymi kawałkami mandarynek, chrupiącym selerem naciowym i prażonymi migdałami. Całość dopełnia kremowy majonez z odrobiną tabasco, nadający potrawie pikantny charakter.

Dla kogo?

Sałatka idealnie sprawdzi się dla osób ceniących **lekkie, ale sycące posiłki**. Jest doskonałą propozycją dla miłośników nietypowych połączeń smakowych, którzy lubią eksperymentować w kuchni. Dzięki zawartości pełnowartościowego białka z kurczaka oraz witamin z warzyw i owoców, danie to zadowoli zarówno osoby dbające o linię, jak i poszukujące smacznego, zdrowego posiłku.

Na jaką okazję?

Ta kolorowa kompozycja będzie *idealnym wyborem* na rodzinny obiad, spotkanie z przyjaciółmi czy lekką kolację. Sprawdzi się również jako efektowna przystawka podczas przyjęć lub element bufetu. Możesz ją przygotować wcześniej i przechować w lodówce, co czyni ją praktycznym rozwiązaniem na dni, gdy brakuje czasu na gotowanie.

Czy wiesz, że?

Mandarynki to nie tylko smaczny dodatek, ale również źródło witaminy C i przeciwutleniaczy. W sezonie zimowym warto sięgnąć po świeże owoce, które wzmocnią odporność, natomiast latem równie dobrze sprawdzą się mandarynki z puszki. Dodatek kolendry nie tylko wzbogaca smak, ale również wspomaga trawienie.

Dla urozmaicenia

Eksperymentuj z przyprawami do kurczaka – możesz użyć czosnku, ostrej papryki, tymianku lub bazylii. Zamiast migdałów spróbuj dodać prażone orzechy włoskie lub pestki dyni. Sałatkę podawaj z chrupiącą bagietką, grzankami lub jako dodatek do grillowanych warzyw.