

Sałatka z makaronem ryżowym i szynką

Sałatka z makaronem ryżowym i szynką – idealna na letnie spotkania

Lekka, kolorowa i pełna smaku **sałatka z makaronem ryżowym i szynką** to propozycja, która zachwyci każdego miłośnika prostych, ale wyrazistych dań. Delikatny makaron ryżowy stanowi doskonałą bazę dla soczystych kawałków papryki, aromatycznej cebuli i sycącej szynki. Całość łączy kremowy sos na bazie majonezu i jogurtu, doprawiony Delikatem Knorr, który nadaje potrawie wyjątkowy charakter.

Dla kogo?

Ta sałatka sprawdzi się zarówno jako *lekki obiad* dla całej rodziny, jak i jako *przekąska* dla osób dbających o zbilansowaną dietę. Dzięki połączeniu węglowodanów z makaronu, białka z szynki oraz witamin z warzyw, stanowi pełnowartościowy posiłek, który dostarcza energii na długie godziny.

Na jaką okazję?

Idealna propozycja na pikniki, grille czy spotkania w ogrodzie. Sałatkę można przygotować wcześniej i przechowywać w lodówce, co czyni ją doskonałym wyborem na spontaniczne spotkania z przyjaciółmi. Świetnie sprawdzi się również jako **dodatek do dań z grilla** lub samodzielna przekąska na rodzinne uroczystości.

Czy wiesz, że?

Makaron ryżowy jest lekkostrawny i nie zawiera glutenu, dzięki czemu sałatka może być spożywana przez osoby z nietolerancją tego składnika. Dodatkowo kukurydza, będąca składnikiem tej potrawy, dostarcza cennych przeciwutleniaczy wspierających zdrowie oczu.

Dla urozmaicenia

Możesz wzbogacić sałatkę o **świeże zioła** – bazylia czy kolendra nadadzą jej śródziemnomorskiego charakteru. Dla miłośników ostrzejszych smaków polecamy dodanie posiekanej papryczki chili lub kilku kropel sosu tabasco do dresingu.