

Sałatka z pomidorami i serem feta

Śródziemnomorska Sałatka z Pomidorami i Serem Feta

Klasyczna kompozycja świeżych pomidorów i kremowego sera feta to propozycja, która zachwyci każdego miłośnika lekkich, śródziemnomorskich smaków. Ta kolorowa sałatka łączy w sobie słodycz dojrzałych pomidorków, słoność sera feta i wyrazisty charakter oliwek, tworząc harmonijną całość doprawioną aromatycznymi ziołami.

Dla kogo?

Sałatka z pomidorami i serem feta to doskonała propozycja dla osób ceniących proste, ale wyraziste smaki. Sprawdzi się zarówno jako lekki lunch dla zapracowanych, jak i jako zdrowa przekąska dla dbających o linię. *Połączenie warzyw z białkiem zawartym w serze feta sprawia, że danie jest nie tylko smaczne, ale i pożywne.*

Na jaką okazję?

Ta kolorowa kompozycja będzie idealnym dodatkiem do grillowanych mięs podczas letniego spotkania w ogrodzie. Sprawdzi się również jako **samodzielne danie** na szybki lunch czy kolację w ciepłe dni. Podana z chrupiącą grzanką stanowi kompletny posiłek, który możesz przygotować w zaledwie kilka minut.

Czy wiesz o tym?

Ser feta, będący gwiazdą tej sałatki, pochodzi z Grecji i tradycyjnie wytwarzany jest z owczego lub koziego mleka. Jego

charakterystyczny słonawy smak doskonale równoważy słodczy pomidorów i ostrość czerwonej cebuli. Oregano dodaje autentycznego, śródziemnomorskiego charakteru.

Dla urozmaicenia

Możesz wzbogacić sałatkę o świeży ogórek, paprykę lub awokado. Dla bardziej sycącej wersji dodaj ugotowaną ciecierzycę lub quinoa. Jeśli lubisz ostrzejsze smaki, dopraw całość świeżo zmielonym czarnym pieprzem lub płatkami chili.