

Sałatka z porą i serkiem feta

Sałatka z porą i serem feta – klasyka w nowej odsłonie

Delikatny por, kremowy ser feta i aromatyczne dodatki tworzą razem kompozycję, która zachwyci każde podniebienie. Ta prosta sałatka to doskonały pomysł na lekki obiad lub efektowną przystawkę. Wystarczy kilka składników, by stworzyć danie pełne smaku i koloru.

Dla kogo?

Sałatka z porą i serem feta to propozycja dla wszystkich miłośników lekkich, ale sycących dań. Szczególnie spodoba się osobom ceniącym **śródziemnomorskie smaki** i poszukującym szybkiego pomysłu na posiłek. Połączenie chrupiącego pora z kremowym serem feta zadowoli zarówno wegetarian, jak i tych, którzy po prostu lubią dobrze zjeść.

Na jaką okazję?

Ta kolorowa sałatka sprawdzi się jako *lekki obiad* w ciepły dzień, ale także jako efektowna przystawka podczas spotkania z przyjaciółmi. Możesz ją przygotować na rodzinny obiad, kolację we dwoje lub jako dodatek do grilla. Jej uniwersalny charakter sprawia, że pasuje na każdą okazję.

Czy wiesz o tym?

Por należy do rodziny czosnkowatych i jest bogatym źródłem witaminy C oraz błonnika. W połączeniu z serem feta, który dostarcza wapnia i białka, tworzy nie tylko smaczne, ale i **wartościowe odżywczo** danie. Marynowane dodatki nadają sałatce charakterystycznego smaku i aromatu.

Dla urozmaicenia

Możesz wzbogacić sałatkę o ulubione składniki – świetnie sprawdzą się orzechy włoskie, suszone pomidory czy oliwki. Dla bardziej sycącej wersji dodaj grillowanego kurczaka lub tuńczyka. Możesz też eksperymentować z dressingiem – spróbuj z sosem miodowo-musztardowym lub balsamicznym.