

Sałatka z rukolą i mozzarellą

Sałatka z rukolą i mozzarellą – smak lata przez cały rok

Wyobraź sobie połączenie delikatnej mozzarelli, pikantnej rukoli i soczystych pomidorków – to właśnie esencja tej prostej, a zarazem wyrafinowanej sałatki. Przygotowanie zajmuje zaledwie kilkanaście minut, a efekt zachwyci każdego miłośnika śródziemnomorskich smaków.

Sekret tej sałatki tkwi w harmonii składników. Uprażone na suchej patelni pestki słonecznika dodają przyjemnej chrupkości, a [sos](#) Knorr wymieszany z oliwą z oliwek delikatnie otula wszystkie składniki, wydobywając ich naturalny smak. Wystarczy połączyć świeżą rukolę, soczyste pomidorki i kremowe kulki mozzarelli, polać przygotowanym sosem i gotowe!

Dla kogo?

Sałatka z rukolą i mozzarellą to propozycja dla zabieganych, którzy cenią sobie zdrowe i szybkie posiłki. Przypadnie do gustu miłośnikom lekkiej kuchni śródziemnomorskiej oraz osobom poszukującym prostych, ale pełnych smaku dań na co dzień.

Na jaką okazję?

Doskonała jako lekki lunch w pracy, dodatek do grilowanych mięs podczas letnich spotkań na świeżym powietrzu lub samodzielna przekąska na piknik. Sprawdza się również jako efektowna przystawka podczas rodzinnego obiadu czy kolacji z przyjaciółmi.

Czy wiesz, że?

Mozzarella pochodzi z regionu Kampania w południowych Włoszech i tradycyjnie wytwarzana jest z mleka bawolic. Jej kremowa konsystencja i delikatny smak sprawiają, że doskonale komponuje się nie tylko w sałatkach, ale również w zapiekankach i na pizzy, gdzie zachwyca swoją naturalną ciągliwością.

Dla urozmaicenia

Sałatkę możesz podać z chrupiącymi włoskimi paluchami grissini, które doskonale uzupełnią jej smak. Dla bardziej wyrazistego charakteru dodaj kilka listków świeżej bazylii lub odrobinę balsamicznego octu.