

Sałatka z selera naciowego z czosnkiem

Sałatka z selera naciowego z czosnkiem – chrupiąca uczta smaków

Odkryj wyjątkową kompozycję smaków w tej eleganckiej sałatce! Chrupiący seler naciowy, delikatnie zblanszowany dla zachowania świeżości, spotyka się z lekko gorzkawą sałatą radicchio, której fioletowa barwa nadaje potrawie wyrazisty charakter. Słodkie winogrona wprowadzają owocową nutę, a prażone orzechy włoskie dodają przyjemnej tekstury. Całość dopełnia kremowy [sos](#) czosnkowy i wyrazisty ser pleśniowy, tworząc harmonijne połączenie, które zachwyci każde podniebienie.

Dla kogo?

Ta sałatka to doskonała propozycja dla miłośników wyrazistych smaków i ciekawych połączeń. Sprawdzi się zarówno u osób ceniących lekkie posiłki, jak i tych, którzy szukają pełnowartościowej przekąski. Dzięki obecności selera naciowego i orzechów, będzie też świetnym wyborem dla osób dbających o zdrowe odżywianie.

Na jaką okazję?

Elegancki wygląd i wykwintny smak sałatki sprawiają, że doskonale sprawdzi się podczas rodzinnych obiadów, spotkań z przyjaciółmi czy jako przystawka na przyjęciach. Podana z chrupiącą bagietką może stanowić lekki lunch lub kolację. To również świetna propozycja na letnie pikniki czy grille.

Czy wiesz, że?

Seler naciowy to prawdziwa skarbnica składników odżywczych przy minimalnej kaloryczności. Blanszowanie selera pomaga zachować jego chrupkość, a jednocześnie łagodzi intensywny smak. Prażenie orzechów na suchej patelni nie tylko wzmacnia ich aromat, ale także wydobywa głębię smaku, która idealnie komponuje się z serem pleśniowym.

Dla urozmaicenia

Spróbuj dodać do sałatki jabłko pokrojone w cienkie plasterki lub suszoną żurawinę dla słodko-kwaśnego akcentu. Możesz także zastąpić orzechy włoskie migdałami lub pestkami dyni. Dla bardziej wyrazistego smaku, dodaj do sosu odrobinę musztardy Dijon lub zastąp część majonezu jogurtem greckim.