

# Spaghetti z owocami morza

## Spaghetti z owocami morza – klasyk kuchni śródziemnomorskiej

Spaghetti z owocami morza to **prawdziwa uczta dla podniebienia**, łącząca w sobie delikatny smak makaronu z intensywnym aromatem darów morza. Nasze danie przygotowujemy zaczynając od zrumienienia drobno posiekanej cebuli na rozgrzanej oliwie, do której dodajemy zmiążdżony czosnek i mięso. Całość smażymy, aż mięso straci różowy kolor, po czym przykrywamy i dusimy na małym ogniu.

### Dla kogo?

To danie idealne dla **miłośników kuchni włoskiej i śródziemnomorskiej**. Połączenie makaronu z owocami morza zadowoli zarówno osoby ceniące klasyczne smaki, jak i poszukiwaczy kulinarnych przygód. Dzięki prostocie przygotowania sprawdzi się również u początkujących kucharzy.

### Na jaką okazję?

*Spaghetti z owocami morza* świetnie sprawdzi się na romantyczną kolację we dwoje, ale również jako danie główne podczas spotkania z przyjaciółmi. To także doskonały pomysł na niedzielny obiad rodzinny, który z pewnością zachwyci wszystkich domowników.

### Czy wiesz, że?

Anchois dodane do sosu nadają potrawie wyjątkowej głębi smaku. Te małe rybki są bogate w kwasy omega-3 oraz naturalne glutaminiany, które wydobywają smak pozostałych składników. [Sos](#) Knorr doskonale komponuje się z owocami morza, tworząc

harmonijne połączenie smaków.

## **Dla urozmaicenia**

Możesz wzbogacić danie dodając świeże krewetki, małże lub kalmary. Warto też eksperymentować z ziołami – świeża bazylia lub oregano nadadzą potrawie jeszcze bardziej śródziemnomorskiego charakteru. Zamiast zapiekać, możesz po prostu wymieszać ugotowany makaron z sosem i podawać od razu, posypane natką pietruszki i parmezanem.