

Surówka z selera z orzechami

Surówka z selera z orzechami – klasyka w nowej odsłonie

Chrupiąca, orzeźwiająca i pełna smaku surówka z selera z orzechami to doskonały dodatek do wielu dań. Połączenie delikatnego selera, soczystego jabłka i chrupiących orzechów tworzy harmonijną kompozycję smaków, która zachwyci nawet wybredne podniebienia. Całość doprawiona kostką Knorr z pietruszką nabiera wyjątkowego aromatu.

Dla kogo?

Ta surówka to idealny wybór dla osób ceniących lekkie, zdrowe przekąski. Seler korzeniowy jest niskokaloryczny, a jednocześnie bogaty w błonnik i witaminy. Orzechy dostarczają cennych tłuszczów i białka, czyniąc tę surówkę pełnowartościowym dodatkiem do obiadu lub kolacji. Świetnie sprawdzi się zarówno dla miłośników tradycyjnej kuchni, jak i osób poszukujących nowych, ciekawych smaków.

Na jaką okazję?

Surówka z selera z orzechami doskonale uzupełni niedzielny obiad rodzinny, ale sprawdzi się również podczas grilla czy przyjęcia. Jej świeży, orzeźwiający smak będzie idealnym kontrastem dla cięższych, mięsnych dań. Możesz ją przygotować z wyprzedzeniem, co czyni ją praktycznym wyborem na różne okazje.

Czy wiesz, że?

Seler korzeniowy znany był już w starożytności jako roślina lecznicza. Doceniano go za właściwości oczyszczające organizm

i wspomagające trawienie. Połączenie selera z jabłkiem to klasyka kuchni polskiej, która zyskuje na popularności również w nowoczesnych, zdrowych dietach.

Dla urozmaicenia

Możesz eksperymentować z rodzajami orzechów – świetnie sprawdzą się włoskie, laskowe czy nawet migdały. Dla bardziej wyrazistego smaku dodaj szczyptę świeżo zmielonego pieprzu lub odrobinę chrzanu. Jeśli lubisz słodsze smaki, możesz wzbogacić surówkę o garść rodzynek lub żurawiny.