

Tagliatelle z kurczakiem, brokułami i ananasem

Tagliatelle z kurczakiem, brokułami i ananasem

Połączenie delikatnego kurczaka, chrupiących brokułów i słodkiego ananasa tworzy niezwykle doznania smakowe w tym prostym, a jednocześnie wyjątkowym daniu. Kremowy sos na bazie serków śmietankowych z nutą curry i aromatem koperku idealnie łączy wszystkie składniki, tworząc harmonijną kompozycję.

Dla kogo?

To danie spodoba się zarówno miłośnikom klasycznej kuchni, jak i osobom poszukującym nowych smaków. **Tagliatelle z kurczakiem i brokułami** to propozycja dla całej rodziny – dzieci pokochają kremowy [sos](#) i makaron, a dorośli docenią ciekawe połączenie składników. Jest to również świetna opcja dla osób aktywnych, które potrzebują pełnowartościowego posiłku.

Na jaką okazję?

Szybki obiad w środku tygodnia? To danie sprawdzi się idealnie! Przygotowanie zajmuje około 30 minut, a efekt zachwyci wszystkich domowników. Tagliatelle z kurczakiem i ananasem to również dobry pomysł na nieformalną kolację z przyjaciółmi czy rodzinny obiad w weekend.

Czy wiesz o tym?

Ananas zawiera bromelainę – enzym, który pomaga w trawieniu białek. Dlatego połączenie ananasa z kurczakiem to nie tylko smaczny, ale i zdrowy wybór. Dodatkowo brokuły są bogatym źródłem witaminy C i błonnika, co czyni to danie nie tylko

pyszny, ale i wartościowym odżywczo.

Dla urozmaicenia

Możesz eksperymentować z tym przepisem dodając suszone pomidory, oliwki czy paprykę. Jeśli lubisz ostrzejsze smaki, zwiększ ilość curry lub dodaj szczyptę chili. **Wegańska wersja** tego dania? Zastąp kurczaka tofu lub ciecierzycą, a serki śmietankowe kremem kokosowym.