

Tradycyjna grecka sałatka na upalne dni

Tradycyjna grecka sałatka na upalne dni

Orzeźwiająca, kolorowa i pełna śródziemnomorskich smaków – tradycyjna grecka sałatka to prawdziwy klasyk, który nigdy nie zawodzi. Soczyste pomidory, chrupiące ogórki, aromatyczna papryka i słone oliwki tworzą harmonijną kompozycję, którą dopełnia kremowa feta. Całość skropiona prostym dressingiem z oliwy, octu winnego i przypraw przenosi nas wprost na greckie wybrzeże. Ta prosta w przygotowaniu sałatka to esencja greckiej kuchni – świeża, zdrowa i niezwykle smaczna.

Dla kogo?

Grecka sałatka to propozycja dla każdego, kto choć myślami chciałby przenieść się na zatłoczone greckie uliczki. Idealna dla osób szukających lekkiego, ale pożywneho posiłku podczas upałów. To także doskonały wybór dla miłośników śródziemnomorskich smaków i wszystkich, którzy kochają letnie sałatki pełne świeżych warzyw.

Na jaką okazję?

Ta klasyczna kompozycja nie potrzebuje specjalnej okazji, by zagościć na Twoim stole. Sprawdzi się jako samodzielny, lekki obiad w upalny dzień, ale także jako doskonały dodatek do grillowanych potraw. Możesz ją również przygotować na rodzinne spotkanie czy przyjęcie w ogrodzie – jej uniwersalny smak zadowoli każdego gościa.

Czy wiesz, że?

Sałatka grecka (*horiatiki*) jest jednym z najbardziej rozpoznawalnych i rozpowszechnionych na świecie dań kuchni greckiej! W tradycyjnej wersji nie zawiera sałaty, a jej podstawą są świeże warzywa, oliwki i ser feta, który w Grecji produkowany jest z owczego mleka.

Dla urozmaicenia

Aby wzbogacić klasyczną wersję, możesz dodać czerwoną lub żółtą paprykę obok zielonej. Niektórzy dodają także kapary dla dodatkowego aromatu lub czerwoną cebulę zamiast białej. Możesz również eksperymentować z ziołami – oprócz natki pietruszki świetnie sprawdzi się świeży oregano lub bazylia.