

Zapiekanka kalafiorowa w cieście francuskim

Zapiekanka kalafiorowa w cieście francuskim

Aromatyczna zapiekanka kalafiorowa w cieście francuskim to doskonałe połączenie delikatnego kurczaka, chrupiących warzyw i aksamitnego sera. Soczyste kawałki kurczaka zamarynowane w oliwie z oliwek i przyprawie do złotego kurczaka Knorr nabierają wyjątkowego smaku, który idealnie komponuje się z podsmażoną cebulką. Całość doprawiona Delikatem w płynie Knorr zyskuje głębię smaku, której nie sposób się oprzeć.

Dla kogo?

Ta zapiekanka to idealna propozycja dla całej rodziny. Dzieci pokochają połączenie chrupiącego ciasta francuskiego z serem mozzarella, a dorośli docenią bogactwo smaków i aromatów. To także świetna opcja dla osób, które szukają pomysłu na wykorzystanie kalafiora w niebanalny sposób.

Na jaką okazję?

Zapiekanka sprawdzi się zarówno jako sycący obiad w ciągu tygodnia, jak i jako danie na nieformalną kolację z przyjaciółmi. Możesz ją również przygotować na rodzinny obiad w weekend – jej apetyczny wygląd z pewnością przyciągnie wszystkich do stołu!

Czy wiesz, że?

Kalafior to prawdziwa skarbnica witamin i minerałów. Jest bogaty w witaminę C, K oraz potas. W połączeniu z białkiem z kurczaka oraz wapniem z sera mozzarella, zapiekanka stanowi

pełnowartościowy i zbilansowany posiłek.

Dla urozmaicenia

Możesz eksperymentować z dodatkami do zapiekanki. Spróbuj dodać brokuły zamiast części kalafiora, użyj indyka zamiast kurczaka lub wzbogacić smak suszonymi pomidorami i świeżą bazylią. Dla ostrzejszego smaku dodaj odrobinę chili lub papryczki jalapeno.