

Zapiekanka z warzywami na patelnię i serem feta

Zapiekanka z warzywami na patelnię i serem feta

Aromatyczna **zapiekanka z makaronem, kurczakiem i warzywami** to doskonały pomysł na sycący obiad dla całej rodziny. Połączenie delikatnego mięsa z chrupiącymi warzywami i kremowym serem feta tworzy harmonijną kompozycję smaków, która zadowoli nawet wybredne podniebienia.

Dla kogo?

Ta prosta zapiekanka sprawdzi się idealnie dla zabieganych osób, które cenią sobie szybkie i pożywne dania. *Al dente* ugotowany makaron, soczysta pierś z kurczaka doprawiona aromatycznymi przyprawami oraz mieszanka warzyw na patelnię tworzą pełnowartościowy posiłek, który dostarcza wszystkich niezbędnych składników odżywczych.

Na jaką okazję?

Zapiekanka to świetny wybór na **rodzinny obiad** lub kolację z przyjaciółmi. Możesz przygotować ją wcześniej i odgrzać przed podaniem, co czyni ją idealną propozycją na dni, gdy masz mało czasu na gotowanie. Sprawdzi się również jako danie na wynos do pracy czy szkoły.

Czy wiesz, że?

Ser feta, będący kluczowym składnikiem tej zapiekanki, pochodzi z Grecji i jest tradycyjnie wytwarzany z owczego lub koziego mleka. Nadaje potrawie charakterystycznego, lekko słonego smaku, który doskonale komponuje się z delikatnym

kurczakiem i warzywami.

Dla urozmaicenia

Możesz eksperymentować z różnymi rodzajami makaronu – świetnie sprawdzi się zarówno penne, jak i fusilli czy farfalle. Jeśli lubisz ostrzejsze smaki, dodaj do zapiekanki posiekaną papryczką chili lub szczyptę płatków chili. Dla wersji wegetariańskiej, zastąp kurczaka dodatkowymi warzywami lub tofu.