Dane aktualne na dzień: 14-11-2026 04:41

Link do produktu: https://rafex.eu/rukola-caly-lisc-50-g-p-200234.html



Rukola Cały Liść 50 G

Cena	**6,94 zł**
Numer katalogowy	**RAFEX000181**
Kod EAN	**05902888132215**
Producent	**Rafex**

Opis produktu

Charakterystyka:

Rukola to wyjątkowa roślina, której niezwykły, orzechowy aromat oraz smak doceniają różne kuchnie świata. Doskonale pasuje do włoskich przysmaków, w tym pizzy, ale równie niezwykle smakuje w asyście kurczaka oraz orzechów nerkowca polanych sosem słodko-kwaśnym z makaronem udon w kuchni japońskiej. Suszona w całych liściach rukola zachowuje aromat oraz smak. Jest wyjątkowym dodatkiem do codziennej kuchni. Tradycyjne metody konserwacji pozwalają zachować na dłużej jej wartości odżywcze oraz świeżość. Jedno opakowanie zawiera 50 g liści rukoli.

Zastosowanie:

Dodatek do sałatek, pesto, zup oraz sosów.

Przepis na pesto z rukolą:

Czosnek obieramy. Do blendera wkładamy bazylię, czosnek, liście rukoli. Dolewam oliwę z oliwek, sól oraz pieprz. Następnie miksujemy na jednolitą masę. Gotowe pesto przekładamy do słoika i zalewamy od góry oliwą (ważne, by była dobrej jakości). Masa nie może wystawać nad poziom oliwy, ponieważ spleśnieje.

Ciekawostki:

Rukola to tak naprawdę rokietta siewna i należy do roślin z rodziny kapustowatych. Do dziś dziko porasta basen Morza Śródziemnego oraz Czarnego. Widziana także w Turkmenistanie, Kambodży oraz Afryce.