



18.06.2018 r.

Idealne przekąski na piknik!

Wakacje rozpoczęły się już na dobre, a pikniki są ich nieodzowną częścią, zwłaszcza, gdy pogoda rozpieszcza tak, jak w tym roku. Co spakować do piknikowego koszyka, aby po dotarciu do parku czy nad jezioro nasze przekąski były nadal smaczne i ładnie wyglądały? Oto przepisy, które sprawdzą się podczas każdego letniego spotkania!

Dzieci, dorośli i seniorzy – każdy lubi biesiady na świeżym powietrzu! Sporty, gry zespołowe i niekończące się rozmowy to aktywności, którym oddajemy się podczas pikniku, jednak jego głównym punktem zawsze jest posiłek spożywany na trawie. Co zabrać ze sobą na letnią wyprawę piknikową – łatwego w przenoszeniu, efektownego i przede wszystkim smacznego? Postaw na rybne inspiracje z naszych przepisów!

Guacamole ze śledzikiem na ostro

Składniki:

- śledzik na okrągło sweet chilli SEKO 200 g
- awokado
- pół czerwonej cebuli
- sok z całej cytryny
- sól
- pieprz

Sposób przygotowania:

Śledzika kroimy w drobną kostkę. Awokado przekrajamy na pół, wydrążamy i miąższ ucieramy. Cebulę siekamy. Wszystkie składniki dokładnie łączymy. Doprawiamy sokiem z cytryny, solą i pieprzem. Podajemy z nachosami lub grzankami.

Burger z marynowanym śledziem

Składniki na 4 burgery:

- beczka śledzi filety z suszonymi pomidorami 550 g SEKO

SEKO SA

ul. Zakładowa 3
89-620 Chojnice

tel. +48 52 510 81 40
fax +48 52 396 73 51

www.sekosa.pl

- 4 bułki (ulubione)
- 8 suszonych pomidorów w oleju
- Świeża roszponka

Sos:

- 2 łyżki majonezu
- 3 łyżki ketchupu
- 3 – 4 szczypty mielonej papryczki chilli lub kawałek świeżej papryczki drobno posiekanej

Sposób przygotowania:

Do miseczki wkładamy majonez, ketchup oraz chilli. Dokładnie mieszamy i odstawiamy. Bułki kroimy na pół i opiekamy na patelni grillowej aż się przyrumienią. Połówki bułek smarujemy sosem, kładziemy na nim roszponkę oraz filety śledziowe. Na filetach układamy po dwa suszone pomidory, ponownie dodajemy trochę roszponki, polewamy sosem. Każdego burgera przykrywamy drugą częścią chrupiącej bułki i zajadamy.

W ofercie **SEKO** jest ponad 200 pozycji asortymentowych w 17 kategoriach. Są to marynaty, mrożonki, pasty, sałatki i konserwy przygotowane głównie na bazie śledzia i makreli sprowadzanych z certyfikowanych łowisk Islandii, Norwegii, Danii, Niemiec i Kanady. Produkty SEKO są dostępne w sieciach handlowych i hurtowniach na terenie całego kraju, a także na rynkach zagranicznych, m.in. w Niemczech, Czechach, Słowacji, Irlandii, Anglii, Rumunii, we Włoszech i we Francji oraz na Litwie.

Kontakt dla mediów:

Zaneta Hiszpańska
z.hiszpanska@synertime.pl
668-132-415
Biuro prasowe marki SEKO

Natalia Wikieł
n.wikiel@synertime.pl
664-904-601
Biuro prasowe marki SEKO

SEKO SA

ul. Zakładowa 3
89-620 Chojnice

tel. +48 52 510 81 40
fax +48 52 396 73 51

www.sekosa.pl