

Insalata fontina e carciofini

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **350Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **20 minuti**
- ricetta **vegetariana**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 200 g di lattuga
- 150 g di carciofini sott'olio
- 80 g di Fontina
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- Sale



PREPARAZIONE

- Pulire e lavare la lattuga. Scartare le parti coriacee e sminuzzarla grossolanamente.
- Scolare i carciofini e tagliarli a spicchietti.
- Tagliare a cubetti la fontina.
- Mettere in una ciotola la lattuga e i carciofini, l'olio, un pizzico di sale e mescolare.
- Unire i cubetti di fontina e servire.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

I consigli di Barbara

Questa insalata può essere preparata in anticipo e conservata anche per un giorno in frigorifero. In questo caso però non condirla, ma farlo soltanto poco prima di mangiarla.