

# Insalata russa

L'**insalata russa** è un antipasto molto gustoso a base di verdure condite con aceto e maionese. Ne esistono moltissime varianti, più o meno elaborate, ma noi preferiamo proporvene una piuttosto semplice, ma di sicuro successo. L'**insalata russa** può essere servita in qualsiasi periodo dell'anno, ma viene preparata in prevalenza a Natale dove trova posto sia sulle tavole della Vigilia che durante tutte le festività.

L'**insalata russa** è migliore se gustata il giorno dopo la sua preparazione perchè tutti i sapori si amalgamano alla perfezione e acquisisce la sua caratteristica consistenza.

## INFORMAZIONI

- **6** persone
- **315Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **vegetariana**
- si può **preparare in anticipo**

## INGREDIENTI

- 150 g di carote
- 300 g di patate
- 1 uovo di gallina
- Olio extravergine di oliva
- 1 cucchiaino di aceto di vino bianco
- 150 g di piselli cotti a vapore
- Sale fino
- 200 g di Maionese

## PREPARAZIONE

- Lavare le carote e le patate, pelarle con un pelapatate e ridurle a cubetti di massimo 1 centimetro di lato.
- Cuocerle a vapore per 15 minuti circa, oppure lessarle separatamente in acqua bollente per 8-10 minuti le patate e 6-7 minuti le carote. In entrambi i casi ritirarle quando sono cotte, ma ancora croccanti perchè non si devono rompere durante la preparazione.
- Ritirare le verdure e metterle in un colino, oppure su un piatto coperto di carta da cucina, in modo che raffreddandosi si asciugano bene.
- Mentre si raffreddano le verdure, lavare l'uovo sotto acqua corrente, metterlo in un pentolino coperto d'acqua e portare a bollore.
- Salare leggermente l'acqua (per evitare che il guscio si rompa) e cuocere per 5-8 minuti a fuoco vivace. Scolarlo e raffreddarlo sotto acqua corrente.
- Mettere in una ciotola le verdure raffreddate e condirle con un filo d'olio e l'aceto. Unire i piselli, mescolare e regolare di sale.
- Unire la maionese alle verdure e mescolare delicatamente per amalgamare gli ingredienti.
- Disporre l'insalata russa in una ciotola, oppure in bicchierini o coppette monoporzionamento, e decorare con gli spicchi di uovo sodo conditi con un filo d'olio e un pizzico di sale.
- Lasciar riposare in frigorifero almeno un'ora prima di servire.

## STAGIONE

Marzo, aprile, maggio, giugno

## AUTORE

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

### I consigli di Barbara

L'insalata russa si conserva ottimamente in frigorifero, ben coperta, per un paio di giorni.

