

Insalatina di verdure in maionese

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **190Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **15 minuti**
- ricetta **vegetariana**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 4 Cipolline in agrodolce
- 2 olive nere
- 2 olive verdi
- 2 carciofini sott'olio
- 2 filetti di peperone sott'olio
- 1 carota
- 2 ravanelli
- 40 g di Maionese
- 2 foglie di lattuga
- Pepe nero macinato al momento

PREPARAZIONE

- Tagliare le cipolline in spicchietti, snocciolare le olive e tagliarle ad anelli, affettare finemente i carciofini, tagliare a tocchetti i peperoni, ridurre a cubetti la carota ed il ravanello.
- Mescolare tutte le verdure in una ciotola ed unire la maionese amalgamando bene.
- Lavare le foglie di insalata sotto acqua corrente e tamponarle con carta da cucina.
- Disporle in due piattini e su ciascuna di esse mettere il composto di verdure e maionese. Decorare con una macinata di pepe 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

Il piatto può essere preparato il giorno prima e conservato in frigorifero, ben coperto, fino al momento di mangiarlo. Lasciarlo almeno mezz'ora a temperatura ambiente prima di gustarlo.

