

Tomino con insalatina di noci

Il **tomino con insalatina di noci** è un secondo piatto a base di formaggio alla piastra servito con un contorno di rucola, songino, noci e aceto balsamico.

Il **tomino con insalatina di noci** è ottimo appena preparato, quando i tomini sono caldi e filanti. Servire accompagnando con fette di pane abbrustolito.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- 450Kcal a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- ricetta **vegetariana**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 1 mazzetto di rucola
- 70 g di insalatine tipo songino
- 40 g di gherigli di noce
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- Sale fino
- 2 tomini
- Aceto balsamico

PREPARAZIONE

- Pulire la rucola eliminando la parte dura del gambo. Lavarla assieme al songino ed asciugarle con una centrifuga da insalata, oppure tamponandole con uno strofinaccio pulito.
- Spezzettare grossolanamente i gherigli di noce.
- Mettere le insalatine in una ciotola e condirle con l'olio ed un pizzico di sale. Distribuirle in due piatti da porzione, lasciando uno spazio al centro per i tomini, e distribuire le noci.
- Scaldare una padella antiaderente con appena un filo d'olio ben cosparso e cuocerli i tomini per 4-5 minuti per lato, a fiamma bassa, fintanto che non risulteranno belli gonfi e dorati.
- Disporre i tomini nei piatti con le insalatine, condire con qualche goccia di aceto balsamico e servire.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

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

