

Tramezzini pomodoro, rucola e mozzarella

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **450Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **15 minuti**
- ricetta **vegetariana**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 2 pomodori ramati
- 200 g di mozzarella fiordilatte, meglio se in rotolo
- 1 mazzetto di rucola
- 2 fette di pane da tramezzino
- Maionese
- Olio extravergine di oliva
- Sale
- Origano



PREPARAZIONE

- Sciacquare accuratamente i pomodori ed affettarli finemente con un coltello affilato.
- Scolare la mozzarella e tagliarla di misura del pane, oppure affettarla molto finemente se si usa quella tradizionale.
- Pulire la rucola eliminando le foglie rovinata e i gambi se sono troppo duri. Lavarla ed asciugarla con la centrifuga da insalata o tamponandola con uno strofinaccio pulito.
- Spalmare su una fetta di pane da tramezzino un velo di maionese, quindi mettere la mozzarella.
- Distribuire la rucola e le fette di pomodoro, condire con qualche goccia di olio extravergine di oliva e un pizzico di sale e origano.
- Coprire con la fetta rimasta anch'essa cosparsa con un velo di maionese.
- Tagliare ogni sandwich a metà con un coltello molto affilato, quindi tagliare ciascuna delle due parti ottenute in 2 pezzi triangolari.

STAGIONE

Giugno, luglio, agosto, settembre

AUTORE

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

I consigli di Barbara

I tramezzini possono essere preparati il giorno prima e conservati in frigorifero, ben coperti, fino al momento di mangiarli. Lasciarli almeno mezz'ora a temperatura ambiente prima di gustarli.