

CAROTE CRUDE ALLO YOGURTH

Ingredienti per 4 persone:

- 600 g di carote tenere,
- 1 vasetto di yogurth,
- 1/2 limone (succo),
- 2 cucchiaini di uvetta sultanina,
- 12 gherigli di noci,
- 1 cespo di insalata lattuga,
- 1 cucchiaio di olio d'oliva,
- sale,
- pepe.

Pulire le carote e grattugiarle molto fini.

Metterle in una insalatiera bassa foderata con le foglie di lattuga.

Unire alle carote i gherigli di noce tritati e l'uvetta fatta rinvenire e condire con sale e pepe.

A parte mescolare lo yogurth con il succo di limone e l'olio e versare la salsa sulle carote.

Lasciar riposare prima di servire.