

INSALATA AL CAPPONE

Ingredienti per 4 persone:

- 200 g di insalatina fresca,
- 100 g di funghi sott'olio,
- 6 cucchiaini di olio d'oliva extra-vergine,
- 1 spicchio di aglio,
- sale,
- 1 limone (succo),
- 1 rametto di rosmarino,
- 1/2 cappone,
- 1 pomodoro.

Lavare l'insalatina e disporla in un piatto.

Tagliare i funghi, riscaldarli in un pentolino con un cucchiaino d'olio, l'aglio e il rosmarino, e unirli poi all'insalata.

Il cappone va disossato, affettato finemente, salato e cucinato al vapore per qualche minuto.

Poi va adagiato sopra l'insalatina e i funghi.

Come ultima cosa, bisogna pensare al condimento.

In una ciotola, mettere il succo di limone, il sale e l'olio e sbattere bene con la forchetta per amalgamare tutti gli ingredienti.

Unire infine il pomodoro, privato dei semi e tagliato a dadini, e versare la salsina così ottenuta sull'antipasto.