

INSALATA AROMATICA 1

Ingredienti per 4 persone:

- 1 cespo di insalata riccia,
- 1 mela delizia,
- 1 arancia,
- senape,
- olio d'oliva,
- aceto di vino,
- sale,
- pepe,
- 2 coste di sedano verde (facoltativo).

Mondare e lavare l'insalata, sbucciare e pelare al vivo l'arancia, quindi dividerla a spicchi.

Mondare e lavare il sedano, tagliarlo a fettine piuttosto spesse.

Lavare e tagliare a cubetti la mela Riunire gli ingredienti in una insalatiera.

Preparare una vinaigrette sbattendo 6 cucchiaini di olio 1 cucchiaino di senape e 3 di aceto.

Insaporire con sale e pepe.

Versare la salsa sull'insalata solo pochi minuti prima di servire.