

INSALATA DI FINE INVERNO

Ingredienti per 4 persone:

- 4 carciofi,
- 400 g di asparagi,
- 1 cespo di indivia riccia,
- 4 cimette di cavolfiore,
- 40 g di mandorle tostate e sbucciate,
- 3 cucchiaini di olio d'oliva,
- curry,
- 2 limoni,
- prezzemolo tritato.

Pulire i carciofi, tagliarli in quarti e immergerli in acqua acidulata con limone.

Lavare gli asparagi, eliminare la parte dura e cuocerli al dente a vapore con i carciofi; far raffreddare.

Disporre in una terrina le cimette di cavolfiore affettate sottili, unire le mandorle triturate, il curry, il prezzemolo, il succo di 1 limone e mescolare.

Amalgamarvi l'olio ed emulsionare.

Lavare l'indivia, spezzarla grossolanamente con le mani, unirvi carciofi e asparagi e condire con la salsina.