

INSALATA ESOTICA

Ingredienti:

- 1 confezione di carne in scatola da 140 g,
- 1 cespo di insalata riccia,
- 1 arancia,
- 1 avocado piccolo,
- 1 peperone,
- q.b. olio d'oliva,
- limone,
- sale,
- pepe.

Spezzettare in una terrina la carne.

Unire l'insalata riccia, lavata ed asciugata.

Sbucciare al vivo l'arancia e unirla (cercare di conservare il succo che si otterrà nell'effettuare l'operazione) all'insalata.

Aggiungere l'avocado tagliato a fettine, condire con sale, pepe, succo di limone e dell'arancia, olio.