

ANTIPASTO ALLA FRANCESE

Ingredienti per 4 persone:

- 1 barbabietola piccola cotta al forno
- 250 g di insalata russa già pronta
- 4 coste di sedano (coste sbollentate e lasciate raffreddare)
- 2 carote crude raschiate e grattugiate fini
- 4 sardine sott'olio
- 2 uova sode tagliate a spicchi
- 2 pomodori ben sodi
- 1 peperone verde
- 1/4 cavolo rosso
- 2 cipolle bianche cotte (bollite o al forno)

Per le guarnizioni e i condimenti:

- olio d'oliva
- aceto di vino
- senape
- 4 cucchiaini di maionese
- 2 filetti d'acciughe dissalati
- 1 pizzico di origano
- 20 olive nere piccole
- 2 cucchiaini di capperi sott'aceto
- sale
- poco pepe macinato

Sbucciate la piccola barbabietola cotta, tagliatela a metà, affettatela sottile e ponetela in una ciotola. Riducete a filettini corti come fiammiferi (cioè a julienne) le 4 coste di sedano e il peperone verde, ben lavato e ripulito all'interno; tagliate a fettine sottili i pomodori; affettate il pezzo di cavolo rosso, precedentemente liberato delle foglie più dure, sbollentato per 4 minuti in acqua bollente salata e sgocciolate, ottenendo dei trucioli sottili.

Ponete ognuna di queste verdure (comprese le cipolle bianche cotte e tagliate a pezzi) in ciotole diverse.

Preparate ora una salsetta sbattendo in una scodella 2/3 di olio, 1/3 di aceto, sale, poco pepe macinato, e con parte di questa condite separatamente le fettine di pomodori, di barbabietola e di cavolo rosso.

Al condimento rimasto aggiungete 2 cucchiaini di senape, stemperateli bene, quindi versatene una parte sui pezzettini di sedano, sulle carote grattugiate e sulle cipolle bianche; aggiungete a queste ultime anche un cucchiaino di piccoli capperi sott'aceto.

Completate poi l'insalata di pomodori con qualche oliva nera, un pizzico di origano e alcuni pezzetti di filetti d'acciughe dissalati.

Dopo aver ben rimescolato separatamente i vari tipi di insalate, deponeteli ad uno ad uno nei diversi scomparti di un'antipastiera, alternandoli con le sardine sott'olio, gli spicchi di uova sode guarniti con maionese e l'insalata russa.