

ASTICI IN INSALATA CON MAZZANCOLLE

Ingredienti per 4 persone:

- 5 astici
- 40 mazzancolle
- 5 pomodori ramati
- basilico
- 30 g di olive
- 2 coste DI sedano bianco
- 1 limone (succo)
- 1 bicchiere DI olio d'oliva
- sale
- pepe

Per il court-bouillon:

- 1 carota
- 1 cipolla
- 1 limone
- 1 bicchiere di vino bianco
- 1 spruzzata di aceto di vino

Preparate il court-bouillon con la carota, la cipolla, il limone, un bicchiere di vino bianco, - una spruzzata d'aceto.

Portatelo a forte ebollizione, cuocetevi gli astici per 10 minuti e le mazzancolle sgusciate per 3 minuti.

Sgusciate e tagliate gli astici a grandi pezzi.

Lavate i pomodori e due coste di sedano, tagliate il tutto a pezzetti di identiche dimensioni, spezzettate il basilico e riunite il tutto in una terrina piuttosto capiente.

Aggiungete gli astici e le mazzancolle.

In una ciotola emulsionate un bicchiere d'olio con il succo di un limone, sale e pepe.

Condite l'insalata, mescolatela delicatamente, distribuitela nei piatti, decoratela con le olive.