INSALATA LICATA



Menù Ingredients

200 g. Ceci lessati - Z00

200 g. Cipolle rosse all’aceto - TJ3

200 g. Dorati - TN1

Ingredients

600 g. insalata riccia

400 g. pane pugliese

qb aceto di mele

qb sale

Chef: Monica Copetti

Method

Per 6 persone

Mondare e lavare con cura l’insalata, poi tagliarla grossolanamente. Ridurre quindi a cubetti il pane, condirlo con un filo d'olio extravergine e tostarlo in forno. Nel frattempo tagliare a spicchi le cipolle rosse e trasferirle in una ciotola; aggiungere l'insalata riccia, i ceci precedentemente risciacquati e ben scolati, i pomodorini Dorati e infine il pane tostato. A questo punto emulsionare l'olio extravergine con il sale e l’aceto di mele; condire l’insalata con la vinaigrette preparate e servire.

Gluten Free Method

Utilizzare Pane riportante in etichetta la dicitura senza glutine.

© Menù srl - Dal 1932 Produttori Specialità Alimentari
Registered Office/Plant: Via Statale 12 n.102 - 41036 Medolla (MO) | Offices: Via Concordia n.25 - 41032 Cavezzo (MO)