INSALATA DI RISO INTEGRALE 2

Ingredienti per 4 persone:

- 350 g di riso integrale precotto,
- 300 g di verdure crude di stagione (zucchine, punte di asparagi, cuori di carciofo, carotine),
- 150 g di formaggio asiago vecchio,
- 2 uova sode,
- olio d'oliva,
- sale,
- pepe (facoltativo).

Lavare e tagliare a fiammifero le zucchine e le carote.
Affettare sottilmente le punte di asparagi e i cuori di carciofo.
Tagliare a dadini il formaggio e sbriciolare i tuorli delle uova.
In una terrina mettere il riso e unirvi le verdure.
Rimescolare ed unire anche il formaggio ed i tuorli.
Aggiustare di sale e volendo di pepe.
Irrorare con olio d'oliva extra-vergine e servire.