

MISTO AL GRANCHIO

Ingredienti per 4 persone:

- Una scatola di polpa di granchio di 250g.,
- 2 avocado,
- un limone,
- 2 pompelmi,
- un vasetto di maionese di 250g.,
- 2 mazzetti di rucola,
- sale e pepe di cayenna.

Lavate la rucola, sgocciolatela bene, tagliatela a listarelle sottili e mettetela in una larga ciotola. Scottate il peperone sul fuoco, pelatelo, tagliatelo a listarelle e salatelo.

Tagliate gli avocado a metà, eliminate il nocciolo, pelateli, riducete la polpa a cubetti e spruzzatela subito con il succo del limone perché non annerisca. Sgocciolate la polpa di granchio e spezzatela. Sbucciate al vivo i pompelmi, divideteli in spicchio e pelateli al vivo. Poi tagliateli in 3 pezzi, raccogliendo il succo che uscirà durante l'operazione. In una ciotola mescolate il granchio con l'avocado, i pompelmi e il peperone. Versate questa preparazione sulla rucola e aromatizzate con una macinata di pepe. Diluite la maionese con il succo del pompelmo; versate la salsa sull'insalata o servite a parte.