INSALATA DI STAGIONE NEI CESTINI CROCCANTI

Ingredienti per 6 persone:

- 200 g di insalatina mista
- 200 g di fagiolini lessi
- 1 finocchio
- 1 cetriolo
- 1 pagnotta di altamura
- 20 g di aceto di vino
- 80 g di salsa di soia
- 80 g di olio d'oliva extra-vergine
- sale
- pepe

Pelate il cetriolo, svuotatelo dei semi e riducetelo a dadini che raccoglierete nel colapasta; salateli leggermente e lasciateli spurgare.

Nel frattempo tagliate dalla pagnotta una dozzina di fettine sottilissime con le quali rivestirete alcuni stampini a cupoletta; ungetele d'olio e passatele nel forno caldo: tostandosi, il pane prenderà la forma degli stampini (cestini croccanti); preparatene almeno sei.

Sminuzzate l'insalatina e raccoglietela in una ciotola insieme con i fagiolini spezzettati, il finocchio mondato, ridotto a dadini e il cetriolo strizzato dall'acqua di vegetazione.

Preparate un'emulsione di salsa di soia (g 80), olio extra-vergine (g 80), aceto (g 20) e condite l'insalata; mescolatela poi distribuitela nei piatti mettendone una parte anche nei cestini croccanti.

Completate con una macinata di pepe fresco e servite immediatamente.

Presentare questa semplice insalata parzialmente raccolta nei cestini di pane croccante è un'idea vincente; il condimento a base di salsa di soia (piuttosto saporito) può essere sostituito con una citronnette al basilico, oppure con una vinaigrette all'aceto balsamico.