

INSALATA DI VERDURE COTTE 2

Ingredienti per 4 persone:

- 1 rapa
- 1/2 sedano rapa
- 4 cipollotti
- 1 porro
- 2 carote
- 200 g di funghi champignon
- 1 peperone
- pinoli tostatati
- gomasio
- aglio
- zenzero
- olio d'oliva extra-vergine
- 2 cucchiaini salsa di soia
- 1 cucchiaio aceto di mele
- 2 cucchiaini zucchero

Tagliare la rapa a listarelle e far spurgare con sale, lavare ed asciugare.

Brasare in poco olio porro a fettine, aglio, rape; unire le altre verdure a listarelle o fettine e stufare per 2 minuti.

Far raffreddare, condire con un'emulsione di salsa di soia, aceto di mele, gomasio, zucchero, zenzero.

Versare sopra i pinoli.