

INSALATA ESOTICA 1

Ingredienti per 4 persone:

- 1 cespo insalata lattuga
- 1 peperone rosso
- 2 pomodori
- 100 g di polpa di cocco
- 200 g di polpa d'ananas fresco
- 1 spicchio aglio
- 1 limone
- 6 cucchiai olio d'oliva
- 1 cucchiaino aceto di vino
- 4 cucchiaini rum
- sale
- pepe

Mondare la lattuga e tagliarla a listarelle.

Unire i pomodori a spicchi, il peperone a striscioline, il cocco a lamelle e l'ananas a dadini.

Spruzzare con 4 cucchiaini di rum e con 1 cucchiaino di limone.

Mescolare aglio tritato, la scorza grattugiata di 1/2 limone, 6 cucchiaini di olio, 1 di aceto, sale e pepe.

Versare sull'insalata, mescolare e servire.