
INSALATA MISTA CON MELAGRANA

Ingredienti per 4 persone:

- 2 carote
- 1 mazzetto songino
- 1 mazzetto rucola
- 1 mazzetto spinaci novelli
- 1 melagrana
- 1/2 arancia
- 1/2 bicchiere olio d'oliva
- 2 cucchiai aceto balsamico
- sale

Pulite le carote e tagliatele a julienne.

Mondate e lavate le insalate e gli spinaci.

Asciugateli e disponeteli in un'insalatiera insieme alle carote.

Preparate una vinaigrette emulsionando in una ciotola mezzo bicchiere d'olio, due cucchiai d'aceto balsamico, il succo dell'arancia filtrato al colino.

Regolate il sale.

Condite le verdure e mescolate.

Cospargete l'insalata con i grani della melagrana e servite.

Per quanto riguarda i grani della melagrana abbiate l'avvertenza di rimuovere completamente i residui di pellicina bianca.