

INSALATA RICCA 4

Ingredienti per 4 persone:

- 300 g di palmito in scatola
- 40 g di pinoli
- 1 cespo indivia riccia
- 1 cespo indivia rossa
- 1 avocado
- 1 limone
- 1 cucchiaino salsa worchester
- olio d'oliva
- sale
- pepe

Sbucciate e snocciate l'avocado, tagliate la polpa a fettine sottili e spruzzatele con qualche goccia di limone. Mondate e lavate le insalate, tagliate a striscioline l'indivia rossa, spezzettate quella riccia. Raccogliete tutto in un'insalatiera, aggiungete i pinoli e il palmito scolato e tagliato a rondelle. In una ciotola emulsionate l'olio con un cucchiaino di Worcester, succo di limone, sale e pepe. Condite, mescolate e servite.

Vini di accompagnamento: Trentino Pinot Grigio DOC, Trebbiano D'Abruzzo DOC, Nuragus Di Cagliari DOC.