

INSALATA RILASSANTE

Ingredienti per 4 persone:

- 2 cipolline fresche
- 200 g di avena lessata
- 200 g di tofu (formaggio di soia)
- 3 patate lessate
- 150 g di insalata mista (crescione, valerianella, insalata lattuga)
- alcune foglie basilico
- per la salsetta:
- olio d'oliva extra-vergine
- sale marino
- aceto balsamico

Preparare la salsa amalgamando gli ingredienti indicati.

Lavate e asciugate in un panno le insalate, affettate le cipolline e tagliate le patate a dadini.

Mescolate tutti gli ingredienti e condite con la salsa.