

INSALATA DI PRIMAVERA

Ingredienti per 4 persone:

- 4 mazzetti di cicoria rossa o verde,
- 100 g. di spinaci,
- 4 cucchiaini di olio,
- 2 cucchiaini di aceto,
- 50 g. di mais in scatola,
- 2 cucchiaini di scorza di limone grattugiata,
- una decina di foglie di basilico,
- una cipolla,
- sale.

Mettete in una ciotola l'olio, l'aceto, la scorza del limone, il basilico e una presa di sale.

Lasciate in infusione per un'ora.

Nel frattempo lavate e sgrondate gli spinaci (eliminate i gambi più duri) e le foglie di insalata staccate dalle radici. Stracciate con le mani le foglie più grosse e mettete tutto in una ciotola.

Affettate sottilmente la cipolla e unitela all'insalata.

Versate sopra alle verdure il condimento e mescolate delicatamente.

Ottima come contorno per le carni.