

INSALATA ALL'ARMIDE

Ingredienti per 4 persone:

- 100 g. di insalata riccia,
- 200 g. di soncino,
- 100 g. di rucola,
- un astice di circa 600 g.,
- un granseola di media grandezza,
- 6 capesante,
- 6 cucchiaini di olio d'oliva,
- un ciuffo di aneto fresco,
- il succo di un limone spremuto,
- sale,
- pepe quanto basta.

Pulite e lavate accuratamente le insalate.

Pulite e lessate per 5 minuti l'astice, la granseola e le capesante e ponetele in una terrina con olio, aneto, un pizzico di sale e di pepe.

Lasciate riposare per circa 10 minuti e aggiungete il succo di limone.

In un piatto da portata mettete sul fondo le insalate condite con olio e sale e disponete sopra i crostacei marinati.

Servite in tavola.