



Astici in insalata con mazzancolle

[Del 28/02/2001 | Sezione: [Contorni](#) | Categoria: [Insalate &...](#)]

Ingredienti: per 4 persone: 5 astici, 40 mazzancolle, 5 pomodori ramati, basilico, 30 g di olive, 2 coste di sedano bianco, 1 limone (succo), 1 bicchiere di olio d'oliva, sale, pepe - per il court-bouillon: 1 carota, 1 cipolla, 1 limone, 1 bicchiere di vino bianco, 1 spruzzata di aceto di vino

Preparate il court-bouillon con la carota, la cipolla, il limone, un bicchiere di vino bianco, una spruzzata d'aceto. Portatelo a forte ebollizione, cuocetevi gli astici per 10 minuti e le mazzancolle sgusciate per 3 minuti. Sgusciate e tagliate gli astici a grandi pezzi. Lavate i pomodori e due coste di sedano, tagliate il tutto a pezzetti di identiche dimensioni, spezzettate il basilico e riunite il tutto in una terrina piuttosto capiente. Aggiungete gli astici e le mazzancolle. In una ciotola emulsionate un bicchiere d'olio con il succo di un limone, sale e pepe. Condite l'insalata, mescolatela delicatamente, distribuitela nei piatti, decoratela con le olive. Vini di accompagnamento: Franciacorta Bianco DOC, Montecarlo Bianco DOC, Nozze D'Oro IGT Di Sicilia.

[[Versione PDF](#) | [Versione per la stampa](#) | [Segnala ad un amico](#)]