



Insalata nicoise

[Del 15/01/2009 | Sezione: [Contorni](#) | Categoria: [Insalate &...](#)]

Ingredienti: per 4 persone: 300 g di patate, 200 g di fagiolini, 200 g di pomodori di media maturazione, qualche filetto di acciuga sott'olio, 50 g di capperi sott'aceto, 100 g di olive nere, 1 rametto di cerfoglio, 1 rametto di dragoncello, olio extravergine di oliva, aceto, sale, pepe.

Preparate innanzitutto le verdure cotte: lessate in abbondante acqua salata le patate con la buccia e, separatamente, i fagiolini, immergendoli in poca acqua bollente. Tagliate poi le patate a dadini e i fagiolini a pezzetti. Mettete in una tazza qualche pizzico di sale e due cucchiaini di aceto, aggiungete qualche grano di pepe e cinque cucchiaini di olio e sbattete con una forchetta finché si sarà ottenuta una salsetta ben emulsionata. Disponete le patate e i fagiolini in una insalatiera formando una leggera cupola e conditeli con la salsetta. Tenete pronti tutti gli ingredienti per la decorazione: i capperi sgocciolati, le olive snocciolate, le acciughe e infine i pomodori tagliati a spicchi regolari. Al momento di servire distribuite gli ingredienti in modo decorativo sull'insalata e cospargete con il cerfoglio e il dragoncello tritati.

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