



Insalata piccante di cavolfiore

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

Ingredienti: per 4 persone: 1 piccolo cavolfiore tenero e bianco, 1 cucchiaino di capperi sott'aceto, 4 filetti di acciuga sotto sale, 1 mazzetto di prezzemolo, 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva, sale, pepe.

Lavate bene il cavolfiore, dividetelo a cimette e tagliate ogni cimetta a fettine sottilissime. Disponete le fettine di cavolfiore in una insalatiera. Dissalate e diliscate i filetti di acciuga e tritateli insieme ai capperi e al prezzemolo. Unitevi l'olio, un pizzico di sale, una manciata di pepe macinato fresco al momento e mescolate bene per emulsionare tutti gli ingredienti. Condite con la salsetta il cavolfiore, mescolate di nuovo e lasciate insaporire qualche minuto prima di servire.

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