



Insalatona d'inverno

[Del 10/09/2003 | Sezione: [Contorni](#) | Categoria: [Insalate &...](#)]

Ingredienti: 4 persone: 2 ceppi di radicchio trevisano, 2 ceppi di indivia belga, 1 mela rossa, 10 gherigli di noce, 2 formaggi di capra freschi (per un totale di circa 200 gr), 2 fette di pane pugliese, 4 cucchiaini d'olio d'oliva extravergine, 1 cucchiaino di aceto balsamico, 1 cucchiaino di aceto di vino bianco, mezzo limone, sale, pepe.

Eliminate la base del radicchio trevisano e tagliate i ceppi a fette di mezzo centimetro di spessore. Togliete il cono centrale amaro alla base dei ceppi di insalata belga: usando un coltellino affilato, tagliate tutt'intorno al cono con un movimento circolare, partendo dalla base. Tagliate anche questi ceppi a fette. Lavate le insalate e fatele asciugare bene. Versatele in una insalatiera. Tagliate il pane a quadratini e fateli dorare con un cucchiaino d'olio in una grande padella antiaderente a fuoco medio. Tagliate la mela a fettine sottili e tuffatele in una ciotolina di acqua nella quale avrete spremuto il mezzo limone. Scolate le fette di mela e buttatele nell'insalatiera. Unite i crostini (solo all'ultimo momento!) e il formaggio a tocchetti. Mescolate insieme l'olio e i due tipi di aceto con sale e pepe e condite l'insalata. Nota: Per farne un piatto unico puoi arricchire l'insalata con dadini di pancetta dorati in padella e/o uova sode a fettine.

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