



INSALATA DI CARCIOFI, FINOCCHI E INDIVIA RICCIA

Ingredienti

4 carciofi
1 finocchio
1 cespo di indivia riccia
50 gr. di gherigli di noci
10 olive taggiasche
Olio extravergine di oliva
Aceto di vino bianco
Sale

Procedimento

Mondare i carciofi eliminando le foglie esterne e il fieno interno.
Tagliarli a fettine sottilissime e metterli in acqua fredda.

Mondare il finocchio e tagliarlo in 4 parti, per poi affettarlo finemente.
Lavare il piccolo cespo di insalata riccia e spezzettare le foglie con le mani.

Riunire in una ciotola l'insalata, il finocchio, i carciofi ben sgocciolati.
Unire le olive denocciolate insieme ai gherigli di noce tritati grossolanamente.

Preparare una vinaigrette con 3 cucchiaini di aceto, 20 ml di olio e sale.
Condire l'insalata poco prima di servire.