

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

## Cavolo rosso e cavolo cappuccio scottati

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    PREPARAZIONE: 15 min    COTTURA: 2 min    COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



### INGREDIENTI

CAVOLO ROSSO 1

CAVOLO CAPPUCCIO 1

SALE

### PER LA VINAIGRETTE

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

150 ml

ACETO DI VINO BIANCO 50 ml

SALE

PEPE NERO

## PREPARAZIONE

**1** Tagliate i cavoli a metà in modo tale che le foglie rimangano attaccate al corpo centrale.

Scottate separatamente i cavoli in acqua bollente e a casseruola incoperchiata giusto per il tempo necessario affinché l'acqua riprenda bollire (circa due minuti); in questo modo non solo conserveranno il colore ma anche i sali minerali e le vitamine.



2 Una volta freddi, tagliateli a listarelle molto sottili.



- 3 Prepare la vinaigrette emulsionando l'olio con l'aceto ed insaporendo il tutto con sale e pepe.



4 Condite i due cavoli separatamente.



- 5 Servite i cavoli scottati disponendoli in due mucchietti su di un vassoio da portata ed ultimando con una bella grattata di pepe nero.