

ANTIPASTI E SNACK

## Dadolata

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: molto bassa    REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



### INGREDIENTI

1 lattuga freschissima  
800 g di pollo  
4 carote  
1 cipolla  
1 gambo di sedano  
2 avocados  
1 cucchiaio di cocco grattugiato  
50 g di mandorle spellate  
il succo di 2 limoni  
3 cucchiari di olio d'oliva  
pepe  
sale grosso e fine.

### PREPARAZIONE

- 1 Lavate i pomodori e tagliateli a fette spesse eliminando il picciolo. Tagliate ogni fetta a cubetti che metterete in una ciotola trasparente.

Tagliare nello stesso modo la mozzarella ben scolata dal liquido di conservazione.

Tagliate a dadini anche il sedano, eliminando i filamenti.

Idem per il peperone di cui scarterete ovviamente tutti i semi.

Unite tutti gli ingredienti nella ciotola, spolverizzate con l'origano, il sale e il pepe e irrorate con l'olio.