

SECONDI PIATTI

Insalata caprese

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Campania](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [3 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



L'insalata caprese è un piatto tipico della **cucina italiana**, una **ricetta partenopea** dai sapori solari e mediterranei diventata ormai **famosa in tutto il mondo**.

È un'insalata **fresca e leggera**, composta da **pomodori maturi**, **mozzarella di bufala fresca**, **basilico fresco** e **olio d'oliva**. Stiamo parlando di un piatto molto semplice ma gustoso, perfetto per quando si ha voglia di qualcosa di leggero ma appagante.

Prova anche queste varianti ispirate all'insalata caprese:

[Spaghetti alla caprese](#)

[Spaghetti alla caprese con tonno](#)

[Gnocchi alla caprese](#)

[Gnocchi alla sorrentina](#)

INGREDIENTI

MOZZARELLA DI BUFALA 500 gr

POMODORI maturi - 2

BASILICO 4 foglie

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola

SALE

PREPARAZIONE

- 1 Lava i pomodori ed affettali, presta attenzione a realizzare delle fette regolari, infatti pur essendo una ricetta davvero semplice, l'occhio vuole la sua parte e quindi va composta bene per servirla in tavola.





2 Prendi la mozzarella di bufala ed affetta anch'essa in modo regolare.



3 Prendi un piatto da portata e disponi una fetta di pomodoro alternata con una fetta di mozzarella, disponile sovrapposte. Aggiusta la sapidità con poco sale e decora con qualche fogliolina di basilico fresco. A questo punto non ti resta che irrorare con abbondante olio di oliva e portare in tavola!





CONSIGLIO

L'insalata caprese è una ricetta molto semplice, sublime per la sua semplicità e il sapore che gli ingredienti freschissimi le conferiscono, per questo motivo ti consiglio di prepararla con le giuste proporzioni in modo da non farla avanzare.