

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Insalata con germogli di soia

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

200 g di germogli di soia

200 g di indivia belga

1 cucchiaio di aceto di mele

alcuni cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
sale.

PREPARAZIONE

- 1 Lavate le verdure, asciugatele e quindi tagliate l'indivia molto sottile. In un'insalatiera fate sciogliere il sale nell'aceto di mele, amalgamate con cura l'olio e infine unite le verdure e mescolate prima di portare in tavola.