

SECONDI PIATTI

Insalata di astici e mazzancolle

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: molto elevata REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

5 astici
30 mazzancolle
5 pomodori ramati
basilico
2 coste di sedano
il succo di 1 limone.

PREPARAZIONE

1 Mettere in una pentola abbondante acqua, una cipolla un bicchiere di vino bianco e portare in ebollizione.

Mettere a lessare gli astici per 10 minuti, nel frattempo sbucciare le mazzancolle e quando si scolano gli astici buttare in acqua le mazzancolle e cuocere per 3 minuti.

Sgusciate e tagliate grossolanamente gli astici.

Lavare la verdura, tagliarla a pezzi e metterla in una insalatiera insieme al basilico.

Aggiungere gli astici e le mazzancolle, condire con olio, succo di limone, sale e pepe.