

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Insalata di patate all'americana

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [40 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Com'è l'insalata di patate all'americana?

Buonissima! Non c'è film americano in cui accanto al bbq non ci siano anche le patate all'americana. Si tratta di un piatto tanto buono quanto calorico, ma si sa gli americani non hanno come modello la dieta mediterranea! Quindi quando volete concedervi il lusso di un piatto peccaminoso, provate questa ricetta che di certo si allontana tanto dalla semplice insalatina alla quale siamo abituati! L'insalata di patate è anche un ottimo punto di partenza dal quale poi potete fare mille variazioni aggiungendo anche altri ingredienti!

Seguite il passo passo per realizzare la versione

proposta dalla nostra cookina, e se amate i piatti con questo ingrediente, principe della tavola, provate anche le [patate a strati](#): buonissime!

INGREDIENTI

PATATE 600 gr

CIPOLLE ROSSE DI TROPEA 1

CIPOLLOTTI 2

COSTE DI SEDANO solo il cuore - 3

PREZZEMOLO 1 ciuffo

PEPERONI VERDI 1

BARBARBIETOLA ROSSA ½

UOVA SODE 2

SALE

PEPE

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PER SERVIRE

MAIONESE a piacere -

PREPARAZIONE

1 Per realizzare la ricetta dell'insalata di patate all'americana, prima di tutto: pelate e tagliate le patate a cubetti di circa 2 cm per lato. Cuocete le patate a vapore per circa 10 minuti. In alternativa lessate le patate in abbondante acqua bollente, per pochi minuti.

Il fatto che le patate siano tagliate a cubetti piccoli consentirà una cottura breve, verificate comunque che i cubetti di patata siano cotti ma ancora integri.

2 Lessate le uova per 7 minuti dalla ripresa del bollire. Quindi lasciatele raffreddare, poi eliminate il guscio e tagliatele in quattro parti ciascuna, o più semplicemente utilizzate il taglia uova.

3 Scolate e lasciate freddare le patate, quindi trasferitele in un'insalatiera.

Affettate finemente la cipolla di Tropea e i cipollotti, uniteli alle patate nell'insalatiera.

Lavate il peperone verde, eliminate i semi e i filamenti interni e tagliatelo a listarelle; aggiungetelo nell'insalatiera.

Unite al resto degli ingredienti anche la barbabietola rossa tagliata a dadini e i cuori di sedano, anch'essi tagliati a pezzetti.

4 Insaporite l'insalata con un pizzico di sale e una macinata di pepe. Aromatizzate con un trito di prezzemolo fresco, condite con un leggero filo d'olio extravergine d'oliva. Mescolate bene in maniera tale da fare insaporire bene tutti gli ingredienti.

5 L'insalata è pronta, prima di servire aggiungete le uova sode e accompagnate con fiocchetti di maionese a piacere.

CONSIGLIO

Volendola alleggerire, come posso fare?

Puoi eliminare la maionese e sostituirla con una emulsione di aceto e olio, oppure utilizzare una salsa a base di yogurt.

Posso utilizzare delle patate al forno avanzate dal giorno prima?

Certo, è un'ottima idea!

Mi sai dire quanto tempo prima posso realizzare questa ricetta?

Puoi farla anche un due o tre ore prima, prenderà ancora più gusto!