

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

## Insalata solare

LUOGO: Europa / Italia

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



### INGREDIENTI

- 1 cavolfiore lessato
- alcuni chicchi di mais al naturale
- alcune carote
- maionese
- 1 cucchiaino di senape
- 1 cucchiaino di pasta d'acciughe.

### PREPARAZIONE

- 1 Sistemare su un piatto da portata rotondo un cavolfiore lessato (meglio ancora al vapore, ma ci vuole un po' più di tempo), circondatelo con un giro di chicchi di mais al naturale e terminate con un ultimo giro di fettine di carote tagliate a striscioline sottili (tipo julienne).

Dovrebbe risultare un sole stilizzato molto simpatico che potrete accompagnare con una salsa maionese molto liquida alla quale avrete aggiunto un cucchiaino di senape ed un cucchiaino di pasta d'acciughe.