

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Lattuga con mela e parmigiano

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

1 cespo di lattuga
1 mela rossa
parmigiano a piacere
1 cucchiaio di aceto balsamico
3 cucchiari di olio extravergine
sale
pepe nero.

PREPARAZIONE

1 Lavare bene la lattuga in acqua fresca. Asciugarla e tagliarla a pezzi non troppo piccoli.

Preparare un'emulsione in una ciotolina con sale, pepe, olio e aceto balsamico, sbattendo bene con una forchetta.

Lavare benissimo la mela e lucidare la buccia con carta da cucina.

Tagliarla a cubetti di circa 1 cm.

Mettere la lattuga in un'insalatiera ed unirvi i cubetti di mela.

Irrorare con il condimento preparato e mescolare bene.

Servire nei piatti aggiungendo scaglie di parmigiano a piacere.

