

ANTIPASTI E SNACK

Insalata russa tradizionale

di: *Pasquale Schiavone*

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 15 min COSTO: basso

NOTE: + *IL TEMPO DI RIPOSO IN FRIGORIFERO (ALMENO 2 H)*



L'insalata russa tradizionale è un classico [antipasto](#) a base di verdure bollite e [maionese](#). L'origine di questo piatto è controversa, ma molte fonti attribuiscono la ricetta a Lucien Olivier, cuoco russo di origine belga che lavorava al ristorante Hermitage di Mosca. Una piccola curiosità sul nome di questo piatto: in Italia la chiamiamo insalata russa, in Russia la chiamano insalata Olivier mentre in Germania, Danimarca, Norvegia e Finlandia è conosciuta come insalata all'italiana! Non si hanno certezze neppure riguardo gli ingredienti utilizzati:

ogni nazione ha la sua versione, così come ogni famiglia custodisce la sua. Noi ve ne proponiamo una semplice e alla portata di tutti, perfetta anche per le feste. Senza insalata russa, infatti, che Natale sarebbe?

Provate anche queste gustose ricette:

[Insalata russa con gamberi](#)

[Cannoli d'insalata russa con salsa ai peperoni](#)

INGREDIENTI

PATATE da pulire - 400 gr

CAROTE da pulire - 200 gr

PISELLI puliti - 150 gr

PROSCIUTTO COTTO fetta unica - 150 gr

SALE

MAIONESE 250 gr

PREPARAZIONE

- 1 Sbucciate le patate e le carote, poi lavatele sotto un getto d'acqua. Tagliate sia le carote che le patate a cubetti di dimensioni abbastanza regolari per ottenere una cottura omogenea.



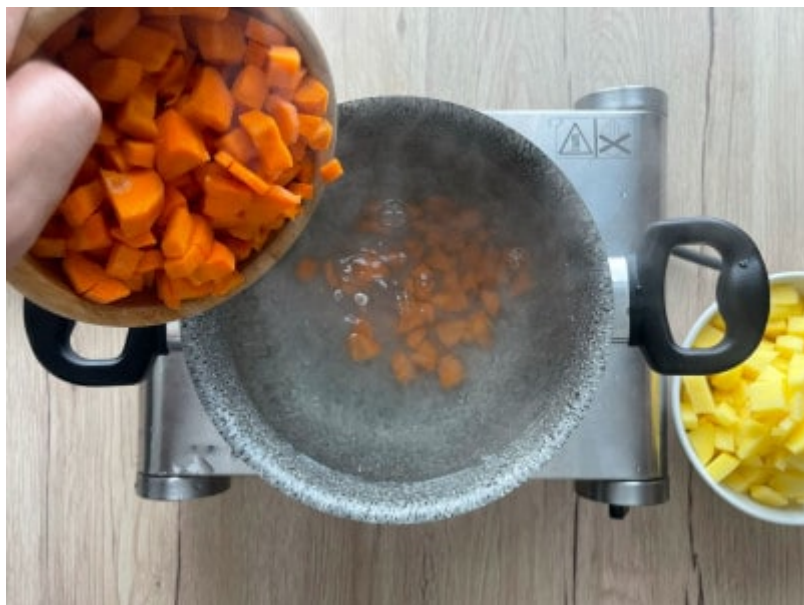


2 Portate a bollore una pentola d'acquasalata e iniziate a cuocete le verdure.

Aggiungete prima i piselli e sbollentateli per 2 minuti, poi scolateli.

Nella stessa acqua cuocete le carote per 4 minuti e scolatele, poi cuocete le patate per 8 minuti.

Fate raffreddare completamente tutte le verdure.



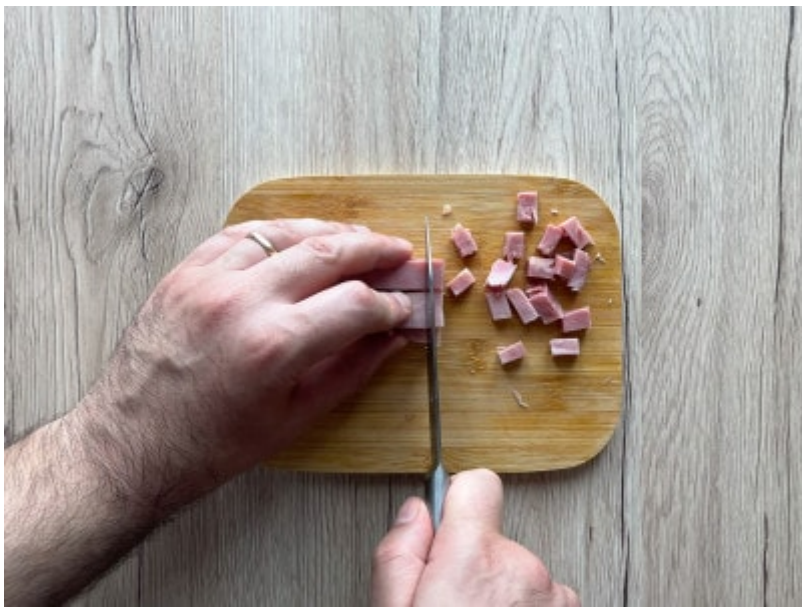


3 Nel frattempo riducete a cubetti regolari anche il prosciutto cotto.

Mettete le verdure e il prosciutto cotto in una ciotola capiente, date una mescolata, poi aggiungete la maionese.

Mescolate per amalgamare la maionese a tutti gli ingredienti.

Coprite la ciotola con pellicola e fate riposare in frigo per almeno 2 ore prima di consumare.





CONSERVAZIONE

CONSIGLIO