

ANTIPASTI E SNACK

# Pinzimonio con salsa al prezzemolo

---

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: molto bassa    PREPARAZIONE: 10 min    COSTO: molto basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

---



Aprire un pranzo o una cena con un bel **pinzimonio** è sempre una [buona idea](#), in qualsiasi stagione, anche se spesso si associa questa ricetta all'estate per la sua particolare leggerezza e per l'assenza di cottura.

**Il pinzimonio con salsa al prezzemolo**, in particolare, è un'idea fresca e golosa per un antipasto sfizioso o per un aperitivo semplice, magari da fare in terrazza con un bicchiere di bollicine. Questo piatto può essere arricchito e personalizzato aggiungendo anche altre verdure di stagione, formaggi freschi e crostini abbrustoliti sfregati con aglio fresco e irrorati di olio buono. In tutti i modi, comunque, rimarrà sempre una ricetta ad alto impatto visivo e farà la gioia dei palati più esigenti.

Per un buffet sfizioso consigliamo, insieme al pinzimonio queste scenografiche [girelle di pasta sfoglia](#) oppure questi deliziosi [rotolini di zucchine](#)

## INGREDIENTI PER LA SALSA

PREZZEMOLO 50 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 90 gr

ALICI O ACCIUGHE SOTT'OLIO 1

SUCCO DI LIMONE 1 cucchiaino da tavola  
SALE

## INGREDIENTI PER IL PINZIMONIO

ZUCCHINE 150 gr

SEDANO 150 gr

CAROTE 200 gr

POMODORI OBLUNGHINI 150 gr

## PREPARAZIONE

- 1 Per prima cosa preparate la salsa al prezzemolo. Per farlo potrete usare un tritatutto, un frullatore a immersione o un classico mortaio. Tritate il prezzemolo fresco con l'acciuga, l'olio extravergine d'oliva e il succo di limone, insaporendo con un pizzico di sale. Tritiamo fino ad ottenere una salsa densa. Trasferitela in una ciotola e tenetela da parte, protetta dalla pellicola trasparente



**2** Passate, adesso, alle verdure. Per prima cosa lavatele ed asciugatele accuratamente.

Partendo dalle zucchine tagliate via le estremità e riducetele in bastoncini.





- 3** Tagliate il fondo del sedano, eliminando i filamenti sulle singole coste con un pela patate. Anche in questo caso tagliate le coste in bastoncini.



- 4** Fate la stessa cosa con le carote: pelatele con il pela patate e tagliatele a bastoncini. Il pomodoro, invece, andrà tagliato in spicchi e fatto un po' scolare in un colapasta.

Basteranno un paio di minuti.

Servite il pinzimonio di verdure insieme alla salsa al prezzemolo.



## CONSIGLIO

Il pinzimonio è uno di quei piatti che si può personalizzare in toto, intercambiando le verdure proposte e addirittura arricchendolo anche con dei formaggi e dei bastoncini di pane croccante.

Cosa ne pensate, ad esempio, di una versione che comprenda le foglioline interne e tenere del radicchio e delle noccioline di mozzarella? Possiamo anche aggiungere dei ravanelli affettati sottilmente, i peperoni sia rossi sia gialli, il finocchio a spicchi e anche le foglioline di indivia!

Anche la salsa al prezzemolo è una preparazione versatile: oltre ad essere utilizzata per intingere le verdure, può essere usata per arricchire crostini o insalate!

## CONSERVAZIONE

Il pinzimonio di verdure con salsa al prezzemolo va consumato subito, per evitare che le verdure diventino molli. La salsa al prezzemolo, invece, può essere trasferita in un barattolo e riposta in frigo per alcuni giorni, si conserverà profumatissimo e potrà arricchire i vostri piatti.