

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Insalata di cavolo bianco

LUOGO: Europa / Russia

DOSI PER: 8 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

CAVOLO VERZA solo la parte bianca - 1

SALE

CIPOLLE 1

MELE 1

MAIONESE 200 gr

ZUCCHERO 1 cucchiaino da tè

PREZZEMOLO 1 mazzetto

PREPARAZIONE

1 Tagliate il cavolo a metà ed eliminate il torsolo. Con un coltello lungo e affilato tagliatelo a striscioline sottili togliendo le costole più dure.

Cospargete il cavolo con mezzo cucchiaino di sale e strofinate le striscioline fra le mani per renderle morbide.



2 Tagliate la cipolla a fettine e la mela a fiammifero e unitele al cavolo.



3 Condite il tutto con la maionese.



4 Aggiungete sale e zucchero a piacere e tenete in fresco.



5 Decorate con prezzemolo o fettine di mela con la buccia rossa che avrete passato in succo di limone perché non anneriscano.