

ANTIPASTI E SNACK

# Panzanella

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia / Toscana**

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **molto facile**



## INGREDIENTI

PANE TOSCANO 8 fette  
POMODORI CILIEGINI maturi - 250 gr  
BASILICO 1 mazzetto  
CIPOLLE 2  
CETRIOLI 2  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiari da tavola  
ACETO DI VINO BIANCO  
SALE  
PEPE NERO

La panzanella, uno dei piatti toscani che risultano più simpatici al resto dello stivale, sarà per il nome o sarà perchè racchiude in sè tutta l'essenza toscana.

A partire dal pane, rigorosamente sciapo, per finire al sapori forte e deciso della cipolla passando per la dolcezza dei pomodori e la freschezza dei cetrioli...per concludere con un condimento di carattere: aceto, olio rigorosamente toscano, sale e pepe.

Vi garantisco che d'estate non c'è cosa più fresca e gustosa di un bel piatto di panzanella.

# PREPARAZIONE

- 1 Per preparare una panzanella con tutti i santi crismi, dovrete procurarvi una pagnotta di pane sciapo, ovvero senza sale, possibilmente vecchia di un giorno. Tagliate qualche fetta di pane e ridugetela a dadini che dovrete trasferire in una ciotola. Coprite il pane con dell'acqua e lasciatelo ammorbidire per qualche minuto.





**2** Nel frattempo pulite i cetrioli, eliminate la buccia ed affettateli a rondelle non troppo sottili.



**3** Pulite le cipolle ed affettatele molto molto sottili.



- 4 Lavate i pomodorini e tagliateli a metà. Raccogliete le verdure in una ciotola alla quale unirete anche il basilico spezzettato a mano.



- 5 Strizzate, ora, il pane dall'acqua e trasferitelo in un'insalatiera molto capiente sbriciolandolo grossolanamente con le mani.



6 Unite le verdure alla ciotola con il pane e mescolate.



- 7** Condite la panzanella con un giro d'aceto bianco, sale, pepe e olio extravergine d'oliva. Mescolate bene il tutto affinché i sapori si possano ben amalgamare e riponete in frigorifero fino al momento di servire.





- 8** Servite la panzanella fredda o lasciata stemperare per un'oretta a temperatura ambiente. Aggiungete un giro d'olio a crudo appena prima di portarla in tavola.

