

SECONDI PIATTI

Insalatona con uova e ravanelli

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 8 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

UOVA DI QUAGLIA oppure 4 uova di gallina - 12
CAROTE 3
RAVANELLI 1 mazzetto
TONNO AL NATURALE 200 gr
LIMONE ½
MAIONESE 1 tazza
CERFOGLIO oppure valeriana -
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4 cucchiari da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Fate rassodare le uova di quaglia (basteranno pochi minuti di cottura) e poi sgusciatele.



2 Riunite tutti gli ingredienti, affettati, comprese le uova, in una insalatiera, versatevi la maionese, condite con olio, succo di limone, sale e pepe e mescolate delicatamente.







- 3** Pulite il cerfoglio, lavatelo e asciugatelo con carta da cucina.
Tagliatelo a listerelle sottilissime che spargerete in modo uniforme sull'insalata.