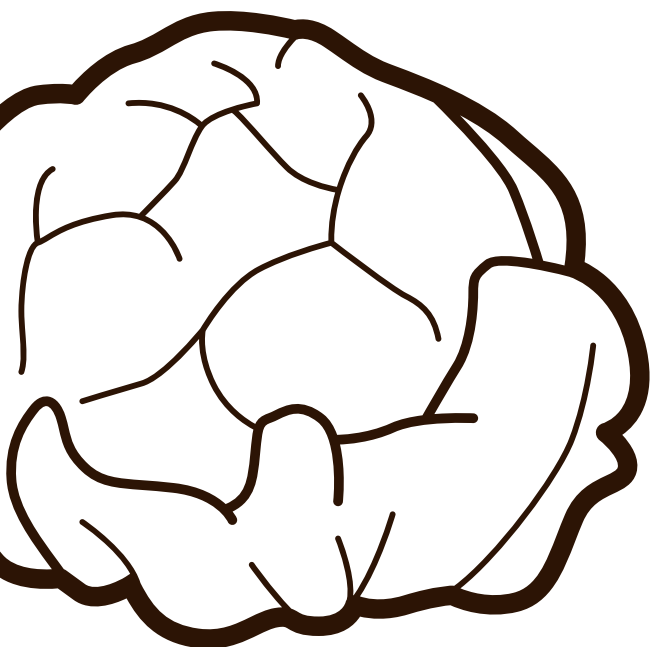




Ingredienti

Fiori di cavolfiori misti
Giardiniera
Olive verdi
Alici sotto sale
Capperi sotto sale

Insalata di rinforzo ai 4 cavolfiori

Dividere i cavolfiori in cimette il più possibile delle stesse dimensioni e lessarli in acqua bollente salata per circa 8 minuti oppure cuocere al vapore: dovranno essere al dente. Una volta cotti vanno fatti freddare su di un panno.

Nel frattempo, pulire le alici e dividerle in filetti. Sciacquare i capperi. Raccogliere in un'insalatiera tutti gli ingredienti e condirli con un'emulsione di 5 cucchiai di olio, 2 cucchiai di aceto di vino bianco, sale e pepe.

Se viene fatta riposare per qualche ora in frigorifero sarà ancora più gustosa.

Posta una foto del tuo piatto usando l'hashtag **#ricetteorsiniedamiani** e taggaci. Pubblicheremo la foto sulla nostra pagina.



www.orsiniedamiani.it

 **Orsini &
Damiani**
Dal 1968, coltiviamo valori.