

Insalata rucola e pomodorini

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **85Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **15 minuti**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 300 g di pomodorini tipo Pachino
- 1 mazzetto di rucola
- 4 spicchi di aglio fresco
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- Sale fino



PREPARAZIONE

- Lavare i pomodorini e tagliarli a metà.
- Pulire e lavare la rucola, togliere i gambi coriacei.
- Mescolare le due verdure in una ciotola, unire gli spicchi d'aglio vestiti, l'olio, il sale e mescolare bene.
- Ribaltare in un piatto e servire.

STAGIONE

Giugno, luglio, agosto, settembre

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

I consigli di Barbara

Questa insalata può essere preparata in anticipo e conservata anche per un giorno in frigorifero. In questo caso però non condirla, ma farla soltanto poco prima di mangiarla.