



CUCINA CON NOI!

Cestini di cetriolo con yogurt all'aneto e edamame

INGREDIENTI

170 g di Soia Edamame Orogel

125 g di yogurt naturale compatto

olio extravergine d'oliva

rondelle di peperoncino per decorare

4 cetrioli

aneto q.b.

sale e pepe





30



4



Facile



Antipasti

Preparazione

- 1 Versare la Soia Edamame surgelata in una padella, unire mezzo bicchiere di acqua e un pizzico di sale. Coprire e cuocere per 5 minuti a fuoco medio, girando di tanto in tanto.
- 2 Lavare i cetrioli, spuntarli, sbucciarli e tagliarli a grosse rondelle. Scavarle al centro.
- 3 Condire la soia edamame con olio, sale e pepe
- 4 Aromatizzare lo yogurt con l'aneto, poco olio e sale.
- 5 Disporre nei cetrioli la soia, poi condire con lo yogurt, guarnire con aneto e rondelle di peperoncino, poi servire.

