



CUCINA CON NOI!

Insalatone di cereali misti con Contorno Leggerezza

INGREDIENTI

1 confezione di **Contorno Leggerezza Orogel**

2 peperoncini

olio extravergine di oliva

200 g tra orzo, farro e grani lessati e scolati

succo di limone q.b.

sale e pepe



15



4



Molto facile



Primi Piatti



Preparazione

- 1** Versare il Contorno Leggerezza surgelato in una padella antiaderente con un cucchiaio d'olio extravergine d'oliva e un pizzico di sale. Coprire e cuocere per 5 minuti circa, girando di tanto in tanto.
- 2** Aggiungere il Contorno Leggerezza surgelato con i cereali lessati e scolati.
- 3** In una seconda ciotolina emulsionare una citronette realizzata con succo di limone, sale, pepe e olio extravergine d'oliva.
- 4** Condire l'insalatone e lasciarlo insaporire per 5 minuti. Servire il piatto decorato con rondelle di peperoncino.

