



CUCINA CON NOI!

Insalata di asparagi con ricotta di capra e fave

INGREDIENTI

300 g di Punte di Asparagi Orogel

150 g di Fave Orogel

200 g di ricotta di capra (o feta)

100 g di olive nere piccanti

200 g di pomodorini ciliegia

100 g di lattughino o misticanza

2 cucchiaini di aceto balsamico

olio extravergine d'oliva

zucchero

timo

sale e pepe



30



4



Facile



Contorni



Pentola

Preparazione

- 1 Scottate le punte di asparagi in acqua bollente salata per 2-3 minuti. Scolatele con una schiumarola. Cuocete le fave nella stessa acqua per 5 minuti.
- 2 Tagliate i pomodorini in due, conditeli con un filo d'olio, un pizzico di sale, pepe e una spolverata di zucchero. Cospargete con il timo e infornate a 160°C per 15 minuti. Emulsionate l'aceto balsamico con l'olio e il sale.
- 3 Sistemate l'insalata sulla base del piatto. Condite gli asparagi e le fave con l'emulsione e disponetele sull'insalata.
- 4 Completate con i pomodorini tiepidi, la ricotta di capra sbriciolata e le olive piccanti.



