



CUCINA CON NOI!

# Meraviglie di verdure con salsa piccante al limone e sesamo

La loro dolcezza e leggerezza vi conquisterà. Con la salsa piccante, i nostri Tortini di verdure esprimono tutto il loro incredibile sapore

## INGREDIENTI

12 Meraviglie di Verdure Orogel

---

250 g di yogurt bianco

---

mezzo limone

---

un pizzico di peperoncino piccante fresco

---

2 cucchiaini di semi di sesamo

---

erba cipollina

---

olio extravergine di oliva

---

200 g di insalata riccia e spinacini

---

100 g di chicchi di uva bianca

---

100 g di chicchi di melograno

---

olio evo e sale per condire

---



30



4



Facile



Secondi Piatti



Padella

#### Preparazione

- 1 Lavare i semi di sesamo, scolarli bene in un colino a maglia fine e allargarli in una teglia da forno. Farli tostare in forno caldo a 160 °C per 10-15 minuti, dovranno risultare asciutti e leggermente tostiti.
- 2 Lasciarli raffreddare e pestarli fino a polverizzarli.
- 3 Tritare il peperoncino, metterlo in una terrina con due cucchiaini di olio e abbondante erba cipollina tritata. Aggiungere il sesamo pestato, lo yogurt, il succo di mezzo limone e un poco di buccia grattugiata. Mescolare e far riposare 5 minuti.
- 4 Disporre le Meraviglie di Verdure in una padella foderata con carta forno. Cuocere per 5-6 minuti, rigirandole a metà cottura.

5

Mescolare l'insalata riccia con gli spinacini, i chicchi di uva tagliati a metà e i chicchi di melagrana. Condire a piacere con olio e sale.

6

Servire le Meraviglie di Verdure accompagnate dalla salsa e contornate dall'insalata.

