



CUCINA CON NOI!

Piadina con hummus, verdure grigliate e cipolla rossa

Quanto è buona la piadina? Gustala come un insolito piatto unico, facendola di hummus, verdure grigliate e cipolla rossa. Provare per credere!

INGREDIENTI

8 piadine piccole

300 g di Ceci al Naturale Orogel

450 g di Contorno Fantasia Orogel

1 mazzetto di coriandolo

30 ml di olio di sesamo

1 limone

2 cucchiaini di semi di anguria decorticati

olio extravergine d'oliva

peperoncino

sale



30



4



Facile



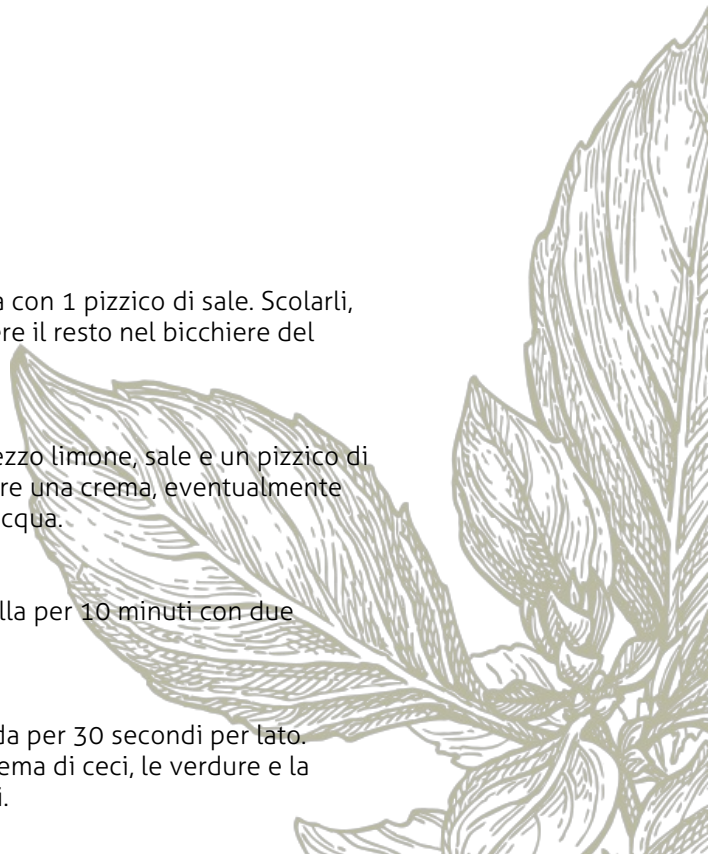
Panini



Piastra

Preparazione

- 1** Lessare i ceci per 15 minuti in acqua con 1 pizzico di sale. Scolarli, tenerne a parte 2-3 cucchiaini e mettere il resto nel bicchiere del frullatore.
- 2** Unire l'olio di sesamo, il succo di mezzo limone, sale e un pizzico di peperoncino. Frullare fino ad ottenere una crema, eventualmente aggiungendo qualche cucchiaino di acqua.
- 3** Cuocere le verdure grigliate in padella per 10 minuti con due cucchiaini di olio e un pizzico di sale.
- 4** Scaldare le piadine sulla piastra calda per 30 secondi per lato. Adagiarle sul piatto, farcire con la crema di ceci, le verdure e la cipolla rossa tagliata a fettine sottili.



5

Abbrustolare i ceci tenuti a parte sulla piastra, distribuirli sulle verdure. Completare con il coriandolo spezzettato e i semi di anguria. Servire.

