

Luglio 2018

Ricetta nr. | 7 |

INSALATA DI BOLLITO E FORMAGGIO

Tratto dal libro:

Le ricette della Nonna / Quaderno 2
Specialità di un tempo scelte dalle contadine svizzere
Editore: Associazione Alzheimer Svizzera

Ingredienti per 4 persone:

400 gr di carne lessa
300 gr di Emmental
2 grossi cetrioli sotto aceto

Salsa

60 gr di pancetta piana nostrana	4 cucchiaini di aceto di vino rosso
1 cipolla	4 cucchiaini di olio di girasole
1 cucchiaino di burro (oppure di olio)	1 cucchiaino di senape
1 spicchio d'aglio	Sale
Pepe macinato fresco	1 mazzetto di crescione o germogli di rafano

Tagliate la carne lessa ed il formaggio a fettine sottili, i cetrioli a striscioline e mettete tutti gli ingredienti in un'insalatiera.

Per la salsa: tagliate la pancetta a dadini, tritare finemente la cipolla e fate imbiondire entrambi nel burro caldo.

Lasciate raffreddare brevemente, poi mescolate il soffritto ancora tiepido con l'aglio pressato, l'aceto, l'olio di girasole e la senape. Salate e pepate. Versate la salsa sugli ingredienti e lasciate riposare per 20 minuti.

Prima di servire, mescolate bene, distribuite su quattro piatti e guarnite con il crescione.

Consigli della macelleria EFRA

- In alternativa all'aceto di vino rosso può essere utilizzato l'aceto balsamico che dà alla pietanza un gusto tutto particolare. Abbinare infine al piatto del pane all'aglio lo rende ancora più stuzzicante.

Buon divertimento e buon appetito.

www.macelleriaefra.ch

info@macelleriaefra.ch