

CONTORNI

Insalata araba

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

30 min

Ingredienti per 4 persone

Cipolle bianche rosse	2
Arancia sugosa	1
Peperone verde grande	1
Olive nere	100 g
Senape	
Limone (succo)	1/2
Olio d'oliva	
Zucchero	1/2 cucchiaino
Sale	
Pepe	

Preparazione

- 1 Preparate questa insolita insalata sbucciando due cipolle bianche e dolci e tagliandole ad anelli sottili.
- 2 Prendete ora l'arancia, togliete la buccia e anche la pellicina bianca tra spicchio e spicchio tagliandola con un coltellino affilatissimo.
- 3 Pulite il peperone verde dai semi e dai filamenti e tagliatelo a striscioline sottili.
- 4 Mettete tutti gli ingredienti in una terrina e aggiungete le olive nere snocciolate e condite con una emulsione fatta con mezzo cucchiaino di senape, il succo di mezzo limone, olio, sale, pepe e mezzo cucchiaino di zucchero.
- 5 E' un piatto di origine araba molto consumato in Medio Oriente: unica sostituzione è il miele con lo zucchero.