

CONTORNI

Insalata di sedani

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

30 min

■ Ingredienti per 4 persone

Sedani	3
Gherigli di noci	120 g
Yogurth naturale	1 vasetto
Cetriolini sott'aceto	alcuni
Paprica	1 pizzico
Limone (succo)	1/2
Olio d'oliva	6 cucchiari
Sale	
Pepe	

■ Preparazione

- 1 Mondate e sfogliate i sedani. Utilizzate solamente i cuori e le coste più tenere e bianche, avendo cura di tagliare la parte più vicina alla radice.
- 2 Lavateli e asciugateli accuratamente, tamponandoli con un canovaccio o con carta assorbente da cucina, quindi tagliateli a rondelle sottilissime. Dividete a metà i gherigli di noci e tagliate i cetriolini a rondelline.
- 3 In una terrina emulsionate l'olio con il succo di limone, sale e pepe e un pizzico di paprica. Stemperate la salsina così ottenuta con lo yogurth, mescolando bene.
- 4 Riunite in un'insalatiera il sedano con i gherigli di noci e i cetriolini. Condite delicatamente con la salsa preparata e servite in tavola. Potete decorare la preparazione con un uovo sodo tagliato a spicchi.