

ANTIPASTI

Panzanella

Tradizione: Lazio, Toscana

DOSI

4 persone

■ Ingredienti per 4 persone

Pane raffermo non molto secco

Pomodori maturi ben sodi

Mozzarella

Basilico

abbondante

Origano

poco

Olio d'oliva extra-vergine

■ Preparazione

- 1 Taglio il pane a dadoni, lo dispongo su una teglia piatta e lo metto in forno ben caldo per farlo abbrustolire un poco, controllandolo a vista.
- 2 In una insalatiera capiente metto il pane, assieme ai pomodori fatti a dadoni e alla mozzarella a cubetti. Aggiungo abbondante basilico, un poco di origano, sale e pepe, verso l'olio e mescolo tutto.
- 3 Metto in frigorifero per mezz'ora circa prima di servire in tavola. La panzanella, di origine toscana e laziale, è un piatto veloce e facile da preparare, si mangia volentieri in ogni stagione ed è particolarmente gradita nelle calde giornate d'estate, soprattutto con aggiunto un po' di peperoncino che la rende ancor più fresca al palato.
- 4 Da questa base semplice e ideale ottengo diversi altri piatti aggiungendo tonno, acciughe, olive, peperoni, radicchio, uova sode, taleggio...insomma tutto quello che suggerisce la fantasia e la necessità di variare i sapori.