

ANTIPASTI

Bruschette in insalata

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

20 min

COTTURA

30 min

Ingredienti per 4 persone

Carote novelle piccole	100 g
Patate novelle piccole	500 g
Fagiolini verdi	100 g
Taccole	100 g
Pane francese tipo baguette	8 fettine
Pomodorini a ciliegia	12
Insalata rucola	50 g
Formaggio grana grattugiato	1 cucchiaio
Pinoli	1 cucchiaio
Olio d'oliva	8 cucchiai
Sale	
Pepe	

PER DECORARE

Insalata lattuga (foglie grandi)	alcune foglie
----------------------------------	---------------

Preparazione

- 1 Pulite e lavate le carote, le patate, i fagiolini e le taccole e cuocetele a vapore. I tempi: 10 minuti per le taccole e circa 15 minuti per le altre verdure.
- 2 Tritate la rucola, dopo averla lavata e mondata. Unite il grana grattugiato e i pinoli tritati. Salate, pepate e aggiungete 4 cucchiai di olio.
- 3 Abbrustolite sotto il grill del forno le 8 fettine di pane (vanno benissimo anche gli sfilatini o le pagnottine sottili). Spalmate ciascuna fetta con il pesto di rucola.
- 4 Tagliate i pomodorini a spicchietti, metteteli sopra i crostini e completate con una macinata di pepe.
- 5 Condite le verdure a vapore con 4 cucchiai di olio, un pizzico di sale, una macinata di pepe e sistematele su un grande piatto con le foglie di lattuga. Servite accompagnando con le piccole bruschette.