

ANTIPASTI

Antipasto alla francese

Origine: Francia

DOSI

4 persone

Ingredienti per 4 persone

Barbabietola piccola cotta al forno	1
Insalata russa già pronta	250 g
Sedano (coste sbollentate e lasciate raffreddare)	4 coste
Carote crude raschiate e grattugiate fini	2
Sardine sott'olio	4
Uova sode tagliate a spicchi	2
Pomodori ben sodi	2
Peperone verde	1
Cavolo rosso	1/4
Cipolle bianche cotte (bollite o al forno)	2

PER LE GUARNIZIONI E I CONDIMENTI

Olio d'oliva	
Aceto di vino	
Senape	
Maionese	4 cucchiaini
Filetti d'acciughe dissalati	2
Origano	1 pizzico
Olive nere piccole	20
Capperi sott'aceto	2 cucchiaini
Sale	
Pepe macinato	poco

Preparazione

1

Sbucciate la piccola barbabietola cotta, tagliatela a metà, affettatela sottile e ponetela in una ciotola.

- 2 Riducete a filettini corti come fiammiferi (cioè a julienne) le 4 coste di sedano e il peperone verde, ben lavato e ripulito all'interno; tagliate a fettine sottili i pomodori; affettate il pezzo di cavolo rosso, precedentemente liberato delle foglie più dure, sbollentato per 4 minuti in acqua bollente salata e sgocciolate, ottenendo dei trucioli sottili.
- 3 Ponete ognuna di queste verdure (comprese le cipolle bianche cotte e tagliate a pezzi) in ciotole diverse.
- 4 Preparete ora una salsetta sbattendo in una scodella 2/3 di olio, 1/3 di aceto, sale, poco pepe macinato, e con parte di questa condite separatamente le fettine di pomodori, di barbabietola e di cavolo rosso.
- 5 Al condimento rimasto aggiungete 2 cucchiai di senape, stemperateli bene, quindi versatene una parte sui pezzettini di sedano, sulle carote grattugiate e sulle cipolle bianche; aggiungete a queste ultime anche un cucchiaino di piccoli capperi sott'aceto.
- 6 Completate poi l'insalata di pomodori con qualche oliva nera, un pizzico di origano e alcuni pezzetti di filetti d'acciughe dissalati.
- 7 Dopo aver ben rimescolato separatamente i vari tipi di insalate, deponeteli ad uno ad uno nei diversi scomparti di un'antipastiera, alternandoli con le sardine sott'olio, gli spicchi di uova sode guarniti con maionese e l'insalata russa.