

Pinzimonio di verdure con olio e mix creola



Ingredienti

- 1 finocchio mondato
- 200g carote mondate
- 100g ravanelli mondati
- 150g peperone giallo mondato
- 150g peperone rosso mondato
- 120g sedano
- 3 giri Mix Creola Tappomacina CANNAMELA
- qb sale
- 30g olio extravergine di oliva
- 10g succo di limone



Porzioni
4 persone



Portata
Contorno



Tempo
10 minuti



Difficoltà
Facile



Cottura
Nessuna
cottura



Kcal per
persona
166*

* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

DOLCI CUCINA



Preparazione

- 1 Dividere il finocchio a piccoli spicchi.
- 2 Tagliare a bastoncino le carote e le coste di sedano.
- 3 Tagliare i peperoni a listarelle.
- 4 Disporre le verdure nelle piccole ciotole.
- 5 Preparare il condimento emulsionando l'olio con il succo di limone.
- 6 Aromatizzare con tre giri di mix creola tappomacina CANNAMELA.
- 7 Regolare di sale.
- 8 Servire le verdure con il condimento.