

Verdure con vinaigrette al cerfoglio

Difficoltà: facile

Tempo di preparazione: 20 minuti
+ 1 ora per l'infuso

Calorie: 320 cal/porzione

Ingredienti per 4 persone

Verdure	Vinaigrette
- 600 gr di lattuga romana	- 6 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 8 cuori di carciofo tagliati a metà e marinati	- 1 cucchiaino di cerfoglio secco o 4 cucchiaini di fresco
Crostini all'aglio	- 1/2 spicchio di aglio fresco
- 8 fette sottili di pane tipo baguette	- 2 cucchiaini di aceto di vino bianco
- 1 spicchio di aglio	- un pizzico di sale
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva	- un pizzico di pepe nero macinato
	- 1 scalogno tagliato a dadini

51

Per i crostini: sbucciare l'aglio e strofinare entrambi i lati di ogni fetta di pane, poi pennellare con l'olio e metterli a grigliare fino a quando entrambe le parti saranno dorate.

Per la vinaigrette: mettere il cerfoglio nell'olio e lasciare riposare per un'ora. Aggiungere tutti gli altri ingredienti con l'infuso di cerfoglio e sbattere con una frusta fino a ottenere un'emulsione.

Per condire: condire delicatamente le verdure lessate con la vinaigrette. Al momento di servire, disporre i cuori di carciofo di fianco e sopra alla lattuga romana.

Aggiungere due crostini all'aglio per piatto.

