

Millefoglie di verdure e primosale

PREPARAZIONE 35 minuti
CALORIE/PORZIONE 250 kcal
DOSI 4 persone
ESECUZIONE facile

INGREDIENTI

500 g di formaggio primosale, 1/2 peperone rosso e 1/2 giallo, paprika dolce, 1 cespo di lattuga romana, 8 olive nere snocciolate, 1 limone, 40 g di pistacchi e 20 g di pinoli spellati, 10 g di erba cipollina, 20 g di grana grattugiato, 2 fette di pane raffermo, olio extravergine, sale e pepe.

COME PROCEDERE

1. Taglia la lattuga a strisciole, lavala e falla stufare dolcemente con poco olio e sale. Quando il fondo di cottura sarà evaporato, unisci i pinoli e le olive a pezzi. Lascia insaporire per 2-3 minuti e fai raffreddare. Metti il primosale in freezer per 20 minuti.
2. Lava i peperoni, puliscili e grattugiali. Condiscili con un filo di olio, pepe, sale, 1 pizzico di paprika e poco succo di limone.
3. Frulla i pistacchi con il grana grattugiato e 4 cucchiaini di olio extravergine, per ottenere un pesto abbastanza grossolano. Unisci l'erba cipollina tagliuzzata.
4. Dividi il primosale in 16 fettine sottili e disponine 4 al centro dei piatti. Coprile quindi con l'insalata cotta.
5. Forma delle torrette con un'altra fetta di primosale, peperoni, formaggio, pesto di pistacchi e termina con una fetta di primosale.
6. Sbriola il pane raffermo, fallo dorare in una padella antiaderente con un filo d'olio e cospargilo sulla torretta di formaggio.



LUCA COLOMBO/STUDIO XL-MONDADORI PORTFOLIO

FRESCHI PRANZI ESTIVI

1. Olio d'oliva Deli Sagra, adatto per tutti i tipi di cottura, frittura compresa. È composto da oli di oliva raffinati e oli di oliva vergini, 1 litro, € 4,20.
2. Centrifuga per insalata multifunzione Twister di Meliconi. Il contenitore si usa come insalatiera. In fucsia e verde lime, € 10,99.
3. Vellutata di pomodoro Dimmidisi da scaldare nel microonde (è buona anche tiepida). Monoporzione con cucchiaino, 350 g + 15 g di crostini, € 3,30.
4. Peperoni grigliati ai profumi dell'orto Zero Olio Ponti, vasetto da 290 g, € 3,49.

IL MONDO ALLA LIDL

TANTE SPECIALITÀ DA ASIA E SPAGNA

A partire da lunedì 27 luglio, troverai nei supermercati Lidl di tutta Italia gli ingredienti e i piatti tipici orientali del marchio Vitasia. Da lunedì 17 agosto, invece, il viaggio nel gusto prosegue con le specialità di Sol & Mar, una linea di prodotti enogastronomici della tradizione culinaria di Spagna e Portogallo. www.lidl.it

