OLIO CUORE

Arrosto di tacchino con verdure

Ingredienti

- 340 g fette di arrosto di fesa di tacchino
- erba cipollina
- 250 g zucchine
- 130 g carote
- 160 g fagiolini
- 2 cucchiai **Olio Cuore**
- 10 g aceto
- qb **Sale Iposodico Cuore**

- **Portata: Secondi**
- **Tempo: 15"**
- **Persone: 4**
- **Calorie: 150.25 Kcal**
- **Grassi: 5.63 g**

Preparazione

- Lavare le verdure, poi tagliare le zucchine a bastoncini e le carote a julienne.
- Scottarle separatamente in acqua bollente salata.
- Lessare in acqua salata anche i fagiolini già mondati.
- Scolare tutte le verdure ancora croccanti.

- Preparare un’emulsione con 2 cucchiai di **Olio di Mais Cuore** e l’aceto di mele.

- Aromatizzare con un cucchiaino di erba cipollina.

- Condire le verdure con la metà abbondante dell’emulsione preparata.

- Adagiare le fette di arrosto di tacchino nel piatto e porre a fianco le verdure.
- Con l’emulsione rimasta condire la carne, poi servire.

La ricetta è stata preparata con:

Olio di Mais

Sale Iposodico