#### **OLIO CUORE**

# Insalata di indivia riccia, tonno e pomodori



### Ingredienti

- 300 g di indivia riccia
- 300 g di tonno sott'olio
- 2 pomodori medi
- 1 cucchiaino di Insaporitore per Insalate
- 15 olive nere
- 40 g di Olio di Mais Cuore
- 2 fette di pane integrale tostato

• Portata: Antipasti / Contorni

Tempo: 10"Persone: 4

• Calorie: 380.75 Kcal

• Grassi: 5 g

# Preparazione

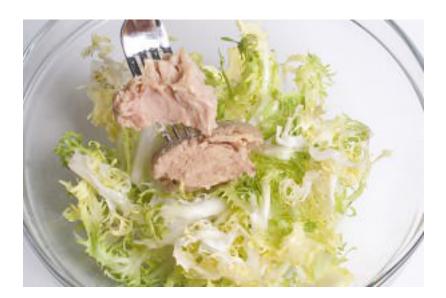
- Lavate ed asciugate l'indivia riccia.
- Trasferitela in una terrina e conditela con un insaporitore per insalate



• Irrorate con l'Olio di Mais Cuore e rimescolate



• Aggiungete anche il tonno ben sgocciolato.



• Proseguite completando l'insalata mista con i pomodori tagliati a fette e le olive. Rimescolate nuovamente con delicatezza.



• Servite il contorno decorando con le fette di pane integrale tostato tagliate a triangolini.



## La ricetta è stata preparata con:



Olio di Mais