OLIO CUORE

Insalata mela, finocchi, carote e radicchio rosso

Ingredienti

- 1 mela
- 1/2 finocchio
- 2 carote
- 1/2 cespo radicchio rosso
- 1 cucchiaio aceto di mele
- 2 cucchiai **Olio Cuore**
- **Sale Iposodico Iodato Cuore**
- pepe bianco

- **Portata: Contorni**
- **Tempo: 10''**
- **Persone: 2**
- **Calorie: 84.25 Kcal**
- **Grassi: 5.25 g**

Preparazione

- Mondare le verdure e lavarle.
- Tagliare a fettine il finocchio e le carote, dividere a pezzi il radicchio.

- Lavare bene la mela e tagliarla a fettine.

- In una ciotola porre le verdure e le fettine di mela.

- Preparare un’emulsione con l’aceto di mele, l’**Olio di Mais Cuore**, il sale e un pizzico di pepe bianco.

- Al momento di servire condire l’insalata con l’emulsione, mescolarla e servire.

La ricetta è stata preparata con:

Olio di Mais

Sale Iposodico