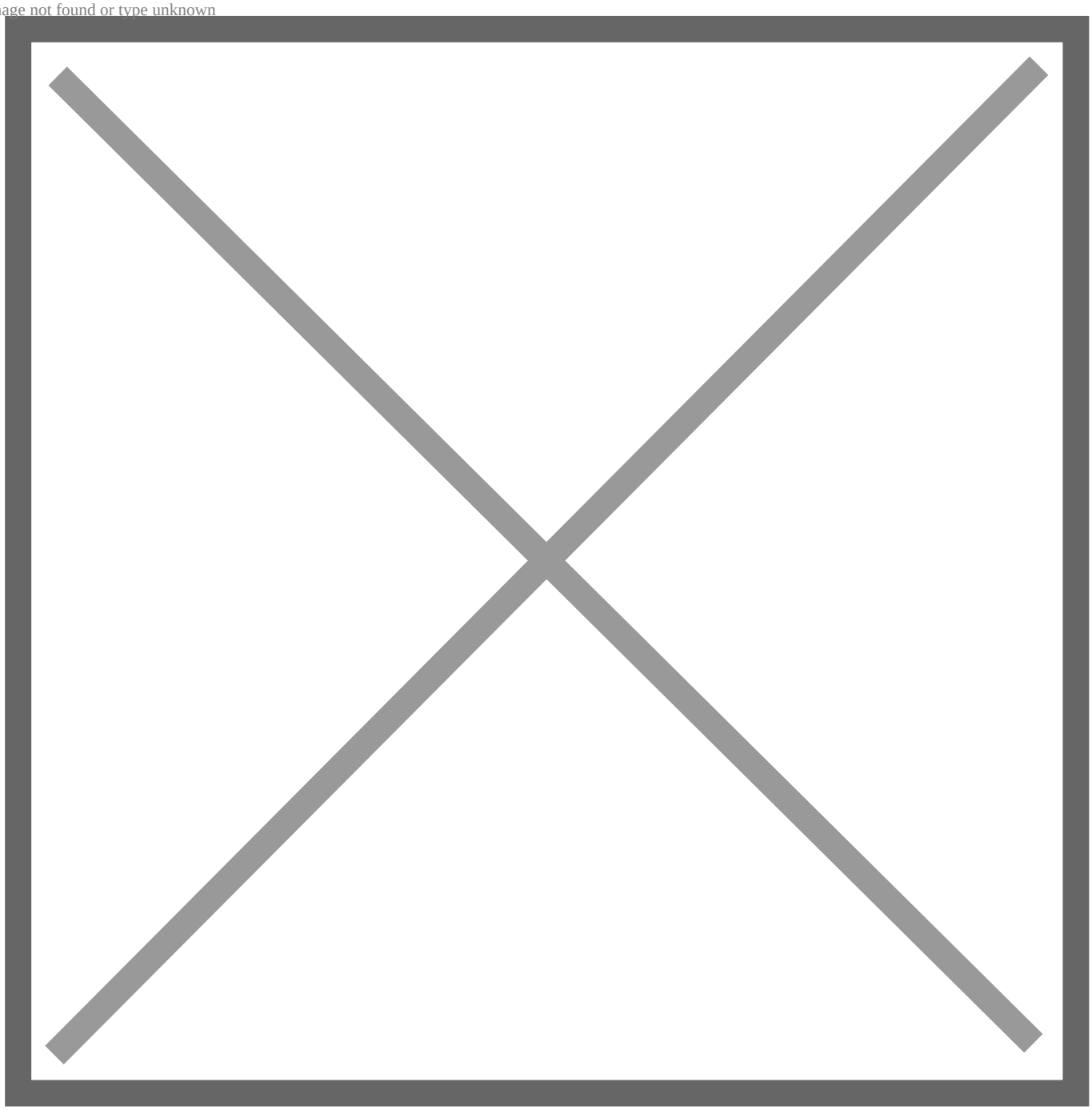
OLIO CUORE

Insalata di pompelmo rosa e germogli di soia

Image not found or type unknown



Ingredienti

- 2 Pompelmi Rosa
- 80g Germogli di Soia
- 80g Misticanza
- 3 cucchiai **Olio Cuore**
- 1 cucchiaio aceto balsamico tradizionale di Modena
- Fiori edibili
- sale QB

- **Portata: Contorni**
- **Tempo: 15''**
- **Persone: 4**
- **Calorie: 115 Kcal**
- **Grassi: 8 g**

Preparazione

- Con un coltello affilato eliminare la buccia agli agrumi, pellicina bianca compresa.
- Tagliarli a spicchi.
- Lavare e asciugare la misticanza.



- Nei piatti distribuire l’insalata, alcuni germogli di soia e gli spicchi degli agrumi.



- Completare con altri germogli di soia.



- Preparare un’emulsione miscelando l’**Olio di Mais Cuore**, l’aceto balsamico tradizionale e un pizzico di sale.



- Condire l’insalata, guarnire il piatto con uno spicchio di pompelmo, scorzette dell’agrume, gocce di aceto balsamico, i fiori edibili e servire.



La ricetta è stata preparata con:



Olio di Mais



Sale Iposodico