OLIO CUORE

Pompelmo farcito con insalatina, gamberetti e salsa remoulade



Ingredienti

- 2 pompelmi rosa
- ½ finocchio piccolo
- qb misticanza
- 100 g gamberetti puliti
- salsa remoulade:
- 100 g **Maionese Vegetale Cuore**
- 10 g capperi sott’aceto
- 10 g cetriolini sott’aceto
- prezzemolo tritato
- ½ cucchiaino scarso senape di Digione
- 2 cucchiai **Olio di Mais Cuore**
- **Sale Cuore**

- **Portata: Antipasti**
- **Tempo: 15''**
- **Persone: 2**
- **Calorie: 220 Kcal**
- **Grassi: 19 g**

Preparazione

- Lavare i pompelmi e tagliarli a metà. Prelevare gli spicchi e pelarli al vivo.



- In una ciotola riunire la misticanza, il finocchio tagliato a velo e i gamberetti precedentemente saltati in padella in un cucchiaio di **Olio Cuore**. Condire con l'**Olio Cuore** rimasto, regolare di sale e riempire i mezzi pompelmi.



- Completare con gli spicchi pelati al vivo.



- Salsa remoulade: sgocciolare i capperi e i cetriolini sott’aceto, versarli nel bicchiere del frullatore insieme con il prezzemolo e frullare fino ad ottenere una salsa finissima. Aggiungere la senape e frullare ancora per un minuto. Riversare la salsa in una ciotola e amalgamare la **Maionese Vegetale Cuore**. Mescolare ancora.



- Condire l’insalata nei pompelmi con la salsa remoulade.



La ricetta è stata preparata con:



Olio di Mais



Maionese Vegetale



Sale Iposodico