

## INSALATA DI PATATE E CAVOLFIORE DI LUANA



di: utenteinvoglia

### Ingredienti

- sale
- prezzemolo
- patate (500gr)
- aceto
- erba cipollina
- cavolfiore (160gr)
- insalatina mista (200gr)
- olio d'oliva (60 cucchiaini)
- 80 carciofini sottolio
- cetriolini sottaceto (70gr)
- capperi sottosale (20 cucchiaini)

### Come si prepara

Dopo aver sbucciato e tagliato le patate a rondelle, lessatele in acqua salata, acidulata con un goccio di aceto.

Scolatele, fatele raffreddare e poi raccoglietele in un'insalatiera insieme con l'insalata mista e i ciuffetti di cavolfiori crudi.

Frullate a bassa velocità i cetriolini, i carciofi, i capperi, 100g. di acqua fredda, l'olio, un ciuffetto di prezzemolo e l'erba cipollina.

Otterrete una salsina omogenea per condire l'insalata al momento di servirla.

**Difficoltà:** 2

**Tempo:** 20

### Tags

insalate, light, insalata, contorno, vegetariana, ricetta utente, ricette utenti, insalata di patate e cavolfiore, insalata di patate

