Centro Tutela Consumatori Utenti
Finanziato dal MIMIT D.D. 12 maggio 2025

info@verbraucherzentrale.it

Insalata Primavera con uova sode

Uova e latticini
Per utilizzare le uova sode avanzate (utile soprattutto dopo Pasqua)
Insalate e piatti freddi
Ricetta basata su un'idea del Centro Tutela Consumatori Utenti

Ingredienti per 4 persone:

- 6 uova sode
- 6 ravanelli
- 1 mazzetto di rucola
- ½ cipolla (la cipolla rossa dà un accento di colore)
- ad lib. 4 – 6 cetriolini sottaceto
- ad lib. crescione
- per il condimento:
- 50 g di maionese
- sale
- pepe
- aceto

Preparazione:

Sbucciate le uova sode, tagliatele a cubetti e mettetele in una ciotola. Lavate e pulite i ravanelli e la rucola, sbucciate la cipolla. Tagliate tutto finemente e aggiungete alle uova. Se vi piacciono, sminuzzate e aggiungete anche i cetriolini. Per il condimento, versate tutti gli ingredienti direttamente sull'insalata di uova, aggiustando di sale e pepe. Lasciate riposare l'insalata di uova in frigorifero per almeno 30 minuti. Guarnite con il crescione e servite con delle patate lesse oppure del pane tostato.

Tempo di preparazione: ca. 15 minuti, più il tempo per lasciar riposare.

** vegetariano se si utilizza aceto chiarificato senza coadiuvanti tecnologici di origine animale, come la gelatina*