

heute gibt es...

Rote-Bete-Salat mit Mango



Ingredienti: (Per 4-6 persone)

- 500g barbabietole (pronto cotto, sottovuoto)
- 2 mele crostata
- 2 asta Staudensellerie
- 5 cucchiari di aceto di vino bianco
- 4 EL Rapsöl
- 1 reife Mango
- Sale e pepe

Preparazione:

1. Barbabietole e buccia di mela, grate in penne sottili e metterle in una terrina.
2. Sedano pulito, rimuovere le foglie – posizionare o ai fini di decorazione parte – tagliate a fettine sottili e mescolare con la miscela di barbabietola rossa.
3. Olio e aceto aggiunti e condire con sale e pepe. L'insalata lasciare riposare circa 20 minuti, poi stagionare, se necessario, a piacere.
4. Tagliare il mango pelati in pezzi bite-sized e posizionare l'insalata prima di servire.

