

Antipasti

Insalata di carciofi e Nesquik

Difficoltà 2

Ingredienti per 4 persone

4 carciofi
1 arancia
100gr di prosciutto cotto (fetta grossa oppure cubetti)
1 gambo di sedano
70gr cucchiaini di Nesquik
2 limoni
5 cucchiaini di olio
un pizzico di sale

Tempo

10 minuti per la preparazione + 2 ore di macerazione carciofi

Preparazione

Tagliamo a cubetti la fetta di prosciutto cotto (o utilizziamo in alternativa i cubetti pronti), mettiamo un cucchiaino di olio in una padella e, una volta caldo, aggiungiamo il prosciutto: facciamolo rosolare per 3 o 4 minuti a fuoco vivo e aggiungiamo il Nesquik.

Puliamo i carciofi scartando le foglie più esterne ed eliminiamo la barba interna.

Tagliamoli a fettine sottili e mettiamoli in un'insalatiera.

Affettiamo anche il sedano, tagliamo a cubetti l'arancia e aggiungiamo il tutto ai carciofi.

Condiamo con il sale e 4 cucchiaini di olio: lasciamo riposare per 5 minuti mescolando un paio di volte.

Impiattiamo l'insalata, cospargendo di cubetti di prosciutto (tiepidi o freddi a piacere) e serviamo.