

Scampi scottati al vapore

con insalata di verdure primaverili alla ricotta

Ingredienti per 4 persone:

400 gr di scampi interi

Per l'insalata:

300 gr di asparagi

150 gr di puntarelle

150 gr di lattuga romana

150 gr di fave novelle

maggiorana

prezzemolo riccio

Per la salsa:

150 gr di ricotta

erba cipollina

olio extravergine d'oliva

limone

sale e pepe

Tempo
di preparazione e cottura:

30 minuti

Difficoltà:

facile

Procedimento:

Sgusciare gli scampi e privarli del budello. Condire con sale, pepe ed un filo di olio extra vergine d'oliva e cuocere per due minuti al vapore.

Per l'insalata: pelare gli asparagi e scottare le punte per un minuto in acqua bollente. Raffreddare in acqua e ghiaccio. Scottare e privare della pellicina le fave novelle. Tagliare le puntarelle e la lattuga romana in sottilissima julienne. Unire tutte le verdure per l'insalata.

Per la salsa: lavorare la ricotta con il sale, il pepe, il succo di limone e la buccia del limone grattugiato. Allentare la ricotta, per ottenere una salsa fluida, con un po' di acqua calda.

Per questa ricetta consigliamo:

ricotta Despar

olio extravergine d'oliva Bio,logico