

Crostini con topinambur alla paprica

Cerchi un antipasto veloce? Quest'idea, anche vegan friendly, è ciò che fa per te: è pronta in 15 minuti!



Topinambur, questo sconosciuto! Il tubero ha un sapore che somiglia a quello della patata e del carciofo ed è perfetto abbinato alla dolcezza della paprica. In più, [regala una buona dose di energia e vitalità](#), quindi questa ricetta è ottima anche **per recuperare un po' dallo stress fisico e mentale**.

Prova la ricetta e ricaricati con il topinambur!

Difficoltà: bassa

Costo: basso

Preparazione: 15 minuti

Ingredienti (per 12 persone)

12 fette di pane integrale

500 g di topinambur

1 cucchiaino di paprica dolce Despar

1 spicchio di limone

3 cucchiaini di olio extra vergine di oliva Bio,Logico Despar

1 cucchiaino di gomasio alle erbe

Procedimento

1. Sbuccia e taglia a pezzi il topinambur. Cuoci per 15 minuti con due mestolini di acqua e l'olio, aggiungendo la paprica e mescolando bene.

2. Una volta cotto, schiaccia il tutto con una forchetta e spalma la crema di topinambur sulle fette di pane leggermente abbrustolite. Aggiusta di sapore con un pizzico di gomasio.