

Insalata invernale, dolce e saporita, in cestini di parmigiano



Squisita, stagionale e veramente carina: questa insalata invernale nel suo cestino di parmigiano non è solo appetitosa, ma anche graziosa.

Certo, la cicoria non è esattamente l'ortaggio più popolare al mondo. Neanche a me piace l'insalata invernale pura e semplice. Correttamente preparata e combinata, però, grazie alle sue sostanze amare dona ai piatti quel certo non so che. Questo gratin di cicoria belga, ad esempio, è un sogno culinario ed è stato molto apprezzato dai lettori del blog Denner. Ma torniamo alla nostra insalata: la combiniamo con pere e parmigiano e la serviamo con vinaigrette al miele, così la cicoria ha un sapore solo leggermente amaro e rende questo delizioso antipasto davvero attraente.

Insalata & Cestini

- 200 g di parmigiano per i cestini
- ½ - 1 insalata di cicoria belga
- 2 pere
- 50 g di noci
- Una manciata di scaglie di parmigiano

Vinaigrette

- 4 cucchiaini di olio d'oliva
- 2 cucchiaini di aceto balsamico (bianco)
- 1 cucchiaino di miele
- Erbe aromatiche per insalata, a scelta
- Sale e pepe

1. Grattugiare grossolanamente il parmigiano e disporlo in cerchi di circa 16 cm di diametro su una teglia rivestita di carta da forno.
2. Lasciarlo fondere in forno a 200°C fino a quando il parmigiano è leggermente dorato. Ci vogliono circa 6 minuti.
3. Capovolgere quattro ciotole in modo che il fondo sia rivolto verso l'alto e mettervi sopra i cerchi di parmigiano ancora caldi. Rimuovere immediatamente e con cautela la carta da forno.
4. Lasciate raffreddare i cestini di parmigiano per 15 minuti.
5. Lavare la cicoria e tagliarla grossolanamente. Affettare o tagliare a pezzi anche le pere.
6. Tritare le noci grossolanamente e arrostarle brevemente in una padella senza grasso fino a quando non profumano e

assumono un colore chiaro.

7. Disporre la cicoria, le pere, le noci e le scaglie di parmigiano nei cestini e irrorare con la vinaigrette.

Durata di preparazione totale: circa 25 minuti

1. Scaldare leggermente il miele. Mescolarlo con olio d'oliva e aceto balsamico e condirlo con sale, pepe e, se lo si desidera, con erbe aromatiche per insalata.