

Panzarella 2.0



Il cosiddetto mangiare dei poveri è spesso semplicemente gustosissimo! Probabilmente perché quando si ha poco a disposizione si cerca di trarne il massimo. Questa panzarella è a dir poco squisita!

Pane fritto, cholera o arrosto ripieno: il mangiare dei poveri è spesso una vera e propria bontà. Bisogna solo sapere come trarre il massimo dai singoli ingredienti, in fatto di gusto e freschezza. La panzarella si prepara tradizionalmente con pane vecchio. Si consiglia di mescolare anticipatamente il pane con il condimento e poi mettere l'insalata in frigorifero per circa 30 minuti. Io prendo in questo caso del pane fresco, aggiungendo alla classica pietanza (pane e pomodori) alcuni altri ingredienti. Giusto per darle un tocco personale. Fate anche voi così e modificate la ricetta come vi garba.

A proposito: alcuni ingredienti, come il pane, ad esempio, si trovano nel nuovo assortimento IP-Suisse da DENNER. È geniale che un discount svizzero proponga prodotti sostenibili e ottenuti con metodi il più naturale possibile.

- 1 pane bianco (baguette o simile), circa 200 g, tagliato a dadi grossi.
- 400 g di pomodori ciliegia, tagliati in quattro
- 75 g di olive
- 50 g di rucola
- 50 g di pinoli
- 2 spicchi d'aglio, tritati finemente
- 1 cipollotto, tritato finemente
- 5 cucchiaini di olio d'oliva
- 2-3 cucchiaini di aceto di vino rosso
- 1 manciata di basilico, tagliato a strisce sottili
- 1/2 mazzetto di prezzemolo, tritato finemente
- Sale, pepe

1. Riscaldare il forno ad aria calda a 180 °C
2. Mescolare il pane e l'aglio con un po' d'olio d'oliva, sale e pepe
3. Ricoprire una teglia con carta da forno e infornare per circa 4-5 minuti (girare il pane dopo 2 minuti)
4. Non appena il pane è formato una crosticina dorata, toglierlo dal forno e metterlo da parte.
5. Tostare brevemente i pinoli in una pentola fino a che non assumono una colorazione brunastra.
6. Mettere tutti gli ingredienti in un'insalatiera
7. Aggiungere 2-3 cucchiaini di aceto di vino rosso e circa 5 cucchiaini di olio d'oliva. Salare e pepare a piacere e

mescolare.

Benvenuti in Toscana!