

Bieta al vapore con salsa alle mandorle, finocchietto e limone



Ingredienti (per 1 porzione)

250 g di bietina
8 rametti di finocchietto fresco
12 mandorle sgusciate
10 capperi dissalati
1 cucchiaino di zeste di limone
1 cucchiaino di succo di limone
2 cucchiai di olio extra vergine di oliva Bio,Logico Despar
1 pizzico di sale

Procedimento

1. Cuocio la bieta al vapore per 3 minuti e tengo da parte l'acqua di cottura.
2. Stacco le foglioline di finocchietto dai rametti e ne ricavo 5 cucchiai. Le metto in un piccolo mixer con 10 mandorle, il succo di limone, i capperi, l'olio e due cucchiai di acqua di cottura della verdura. Aggiusto di sale se necessario e, all'occorrenza, aggiungo un po' di olio.
3. Trito le due rimanenti mandorle al coltello.
4. Condisco la verdura con il condimento al finocchietto, aggiungo le mandorle tritate e le zeste di limone. Servo la verdura tiepida.