

Cime di rapa in insalata



Ingredienti (per 1 porzione)

150 g di cime di rapa

1 cucchiaino di semi di lino Despar Vital

1 cucchiaio di succo di limone Passo dopo Passo Despar

1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva Bio,Logico Despar

un pizzico di gomasio alle erbe e di pepe

Procedimento

1. Mondo le cime di rapa: elimino le foglie dure e ingiallite, conservo le foglie tenere e le infiorescenze. Lavo bene e asciugo.
2. Trasferisco tutto in un'insalatiera e condisco con succo di limone, olio, semi di lino, gomasio e pepe.