

Sauté di ravanelli alle erbe e lime

Una ricetta veloce e alternativa per gustare i ravanelli in un piatto diverso dalle solite insalate. Provala e non te ne pentirai!



Sauté: hai mai sentito parlare di questa tecnica di preparazione? Si tratta semplicemente del nome utilizzato in cucina per riferirsi alle **pietanze saltate in padella** accompagnate da un po' di olio extravergine di oliva! E proprio con questa tecnica sono preparati i **ravanelli**, abbinati a tante **erbe aromatiche** e al succo del **lime** che ne esalta il sapore fresco e piccantino!

Difficoltà: bassa

Costo: basso

Tempo di preparazione: 10 min.

Ingredienti per 1 persona

200 g di ravanelli

1 cipollotto fresco

1 cucchiaio di erbe aromatiche tritate (rosmarino, salvia, timo)

Mezzo lime

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

Sale marino integrale e pepe nero q.b.

Procedimento:

1. Lava e monda ravanelli, poi tagliali a metà.
2. Trita finemente il cipollotto e uniscilo alle erbe aromatiche.
3. Trasferisci i ravanelli, le erbe aromatiche e il cipollotto in una padella antiaderente, aggiungi un cucchiaio di olio, una macinata di pepe e un pizzico di sale.
4. Sfuma con il succo di lime e cuoci per 10 minuti.
5. A fine cottura aggiungi anche la scorza del lime grattugiata e mescola bene.