magimix

INSALATA VITAMINIZZATA

e salsa al sesamo

Preparazione : 15 min - **Riposo :** - - **Cottura :** - - **Materiale :** -

---

Ingredienti : 8 persone

- 2 mele rosse - 300 g di cavolo rosso - 100 g di noci decorticate - ½ mazzetto di coriandolo - 60 g di uvetta o di mirtilli rossi - chicchi di melagrana - SALSA AL SESAMO : - 3 cucchiai di salsa tahina - 2 cucchiai di olio di sesamo - 3 cucchiai di olio d'oliva - 1 cucchiai di aceto di vino bianco - 1 cucchiaino di senape - sale, pepe

---

1. Lavare, sbucciare le mele ed eliminare i semi. Sciacquare il cavolo. Inserire la bacinella trasparente e la bacinella media. Affettare le mele tagliate in quattro parti e il cavolo affettato con il disco per affettare 2 mm usando il programma ROBOT. Tritare le noci nella mini bacinella.

2. Defogliare il coriandolo, lavare le foglie e asciugarle con cura. Se si usa l'uvetta, immergerla per 5 minuti in poca acqua calda per reidratarla e poi scolarla.

3. In un recipiente, mescolare le mele affettate, il cavolo rosso e il prezzemolo, l'uvetta rinvenuta o i mirtilli rossi. Versare la vinaigrette, mescolare bene e aggiungere il formaggio e le noci per ultimi. Servire subito.

SALSA AL SESAMO

1. In una ciotola, mescolare la salsa tahina, l'aceto di vino bianco, la senape, l'olio di sesamo e l'olio d'oliva, emulsionare e regolare di sale e pepe.

Cook Expert ■

© Fotografie Sandra Mahut
© Hachette Livre (Marabout) 2016