



Insalata di asparagi e pescatrice - [Visualizza sul sito](#)
di Sconosciuto

secondo piatto - pesce - verdura

Ingredienti :

1 mazzo di asparagi verdi
400 g di pescatrice
3 cucchiaini d'olio d'oliva
1 cucchiaino di aceto aromatizzato al lampone
2 cucchiaini di pinoli
50 cl di brodo di verdure
pepe, sale

Ricetta :

Taglia la pescatrice a dadoni. Falla cuocere nel brodo di verdure per 5 minuti.

Metti da parte.

Fai cuocere gli asparagi in acqua bollente salata per 3 minuti. Sgocciolali.

Prepara il condimento con l'olio d'oliva, l'aceto, pepe e sale.

Tosta i pinoli.

Disponi in un piatto da portata la pescatrice e gli asparagi. Cospargivi sopra i pinoli. Condisci con la salsa e servi.

Consigli :

pescatrice, asparagi, pesce, secondo, insalata, pinoli, light, leggero

[immagine non più disponibile].