



CAPESANTE SGUSCIATE CON ROQUEFORT, INDIVIA BELGA E GRANELLA DI NOCCIOLE

PREPARAZIONE:

Mettiamo a scaldare un pentolino d'acqua, non appena arriva a bollore spegnere il fuoco ed immergere le capesante (A 1/4), l'indivia (A 4/4) e la salsa roquefort (A 2/4).

Nel frattempo scaldare una padella antiaderente.

Togliere le capesante dal sacchetto ed asciugarle bene utilizzando un po' di carta.

Ungere le capesante con un filo d'olio ed iniziare la cottura nella padella antiaderente già calda.

Cuocerle per circa un minuto per lato.

Togliere le capesante dalla padella, ed utilizzare la stessa per saltare trenta secondi l'indivia.

IMPIATTAMENTO:

Posizionare al centro del piatto l'indivia, sopra le tre capesante, versare la salsa roquefort a piacimento ed infine la granella di nocciole (A 3/4).

Terminare il piatto con un filo d'olio di qualità.



ALLERGENI:

