

## Insalata di rinforzo con mela annurca e colatura di alici di Giuseppe Daddio



Insalata di rinforzo con mela annurca e cavolfiore alla colatura di alici

Ecco la ricetta dell'insalata di rinforzo dello chef Giuseppe Daddio della Scuola di Cucina e Pasticceria Dolce&Salato.

*Dolce&Salato Scuola di Cucina e Pasticceria ha sede in Via Forche Caudine, 141 - 81024 Maddaloni (CE) - Italia - Tel: 0823 436022; Cell. 347-5382766 / 338-3840195 - Email: [info@dolcesalatoscuola.com](mailto:info@dolcesalatoscuola.com)*

## Insalata di rinforzo con mela annurca e colatura di

## alici

Ricetta di Giuseppe Daddio raccolta da Antonella D'Avanzo



### Ingredienti per 6 persone

- 1 cavolfiore di media dimensione
- 1 scarola riccia, indivia riccia (facoltativa)
- 100 gr. di olive nere di Gaeta
- 100 gr. di olive verdi
- 100 gr. di papaccelle
- 100 gr. capperi sotto sale
- 100 gr. sottaceti misti
- 6-8 acciughe sotto sale
- pepe, sale, olio extravergine d'oliva, aceto
- 2 n. Mela annurca
- q.b. Colatura di alici

### Preparazione

Lavare e tagliare il cavolfiore, dividendolo in tante piccole roselline. Lessarlo in abbondante acqua salata, lasciando il cavolo piuttosto sodo. Scolare e lasciare raffreddare. Quando le cime si saranno raffreddate, disporle in una grossa insalatiera e condirle con olio, aceto, aggiungere sale e pepe q.b. e mescolare delicatamente. Se facciamo uso della scarola riccia, questa va lavata, scolata molto bene e spezzettata a

mano in piccoli pezzetti che andranno messi nell'insalatiera insieme alla cime.

Per le papaccelle: togliamo il torsolo ed i semi e le tagliamo grossolanamente in spicchi. Puliamo poi le acciughe sotto sale, le dividiamo in filetti e le tagliamo a pezzetti aggiungendole all'insalata insieme agli altri sottaceti, alle olive ed ai capperi dissalati. Mischiamo ancora delicatamente il tutto e lasciamo riposare alcune ore prima di servire.

Per l'assemblaggio:

lavare la mela annurca ed eliminare il torsolo.

Affettare le mele con l'affettatrice, e tenere su un vassoio.

Comporre il piatto con l'insalata di rinforzo, la scarola riccia e la mela annurca.

Infine frullare una parte del cavolfiore (solo roselline) con la colatura di alici e ed utilizzarla per dressare il piatto.