

Insalata di cetrioli, mele e avocado

Ingredienti

Per 4 porzioni:

- 200 g di avocado
- 200 g di cetriolo
- 160 g di mele
- 4 cucchiaini di succo di limone
- 3 cucchiaini di olio d'oliva
- 4 pizzichi di sale
- 4 pizzichi di pepe nero

+ (facoltativo) 2,5 cucchiaini di scalogno tritato e 2 cucchiaini di prezzemolo

Preparazione

1. Tagliare la mela, l'avocado e il cetriolo a cubetti
2. In un'insalatiera, mescolare le verdure crude con il limone, l'olio d'oliva, sale e pepe.
3. Servire nelle ciotole, oppure in piccole cocottine in verrine per l'aperitivo