



Insalata Con Feta, Datterini e Pannocchiette

Insalata **light**, **facile** e **veloce** da preparare. **Perfetta** se hai poco tempo a disposizione per preparare un piatto **fresco e gustoso**. **Ottima** condita con **aceto balsamico** o salsa **francese**.

Senza **Glutine**

VEGETARIANO

Senza **LATTOSIO**



2
Porzioni



10 min.
Preparazione

Ingredienti

100 GR	INSALATA
100 GR	DATTERINI
100 GR	FETA
60 GR	PANNOCCHIETTE
Q.B.	SALE, OLIO EXTRA VERGINE

Procedimento

- 1
TAGLIA E LAVA SE C'È BISOGNO L'INSALATA, LASCIA SCOLARE L'ACQUA RESIDUA MENTRE PREPARI IL RESTO
- 2
TAGLIA A CUBETTI LA FETA, IN TRE PARTI LE PANNOCCHIETTE E A SPICCHI I DATTERINI
- 3
METTI L'INSALATA NEI PIATTI, GLI ALTRI INGREDIENTI SPARSI SULL'INSALATA, CONDISI A PIACIMENTO E SERVI.

Informazioni Nutrizionali

per porzione

CALORIE	PROTEINE	CARBOIDRATI	GRASSI
166	10,28 gr	6,18 gr	10,78 gr