



Insalata con Pannocchiette, Emmentaler e Olive

Insalata **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**

Senza **LATTOSIO**

VEGETARIANO



2
Porzioni



10 min.
Preparazione

Ingredienti

100 GR	INSALATA
100 GR	PANNOCCHIETTE
50 GR	EMMENTALER
30 GR	OLIVE
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 RONDELLE LE PANNOCCHIETTE, CON L'AIUTO DI UN PELAPATATE FAI DELLE FETTINE SOTTILI CON L'EMMENTALER

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
150	9,14 gr	4,40 gr	10,20 gr