

CEVICHE DI MONTAGNA



PORZIONI:

RICHIEDE ASSISTENZA: SÌ

DIFFICOLTÀ: Alta

INGREDIENTI

43

- 150 g di manioca tritata
- 90 g di barbabietola tritata
- 40 g di caiano (o di lenticchie)
- 30 ml di olio d'oliva
- 5 g di coriandolo
- 60 g di cipolla rossa, tagliata a striscioline sottili
- 15 ml di succo di limone
- Sale e pepe a piacere



PROCEDURA

PER IL CONDIMENTO O LA VINAIGRETTE:

- 1 Mescolare l'olio d'oliva, il succo di limone, il pepe e il sale.

PER PREPARARE IL CEVICHE DI MONTAGNA:

- 1 Far bollire la manioca, la barbabietola e i piselli in abbondante acqua salata in pentole separate per 10 minuti o finché non diventino morbidi.
Trascorso questo tempo, filtrare il tutto e mettere da parte.

2 In una grande ciotola, mescolare la manioca, la barbabietola, i piselli, la cipolla rossa e il coriandolo, quindi irrorare con il condimento o la vinaigrette. Mescolare bene e regolare il condimento.

3 Conservare in frigorifero fino al momento di servire.

