



INSALATA CONCIATA

Questa era una ricetta molto usuale nel Medioevo. Ricette simili sono arrivate quasi identiche ai giorni nostri in molte regioni.

TEMPI: di preparazione 10 minuti
 di cottura 10 minuti

INGREDIENTI: *dosi per 6 persone*

400 g. di insalata amara
100 g. di grasso di prosciutto (oppure pancetta)
2 spicchi di aglio
½ bicchiere di olio d'oliva
6 cucchiaini di aceto
Facoltativo: sale

PREPARAZIONE

Tagliare l'insalata a strisce alte un dito. Tritare il grasso di prosciutto molto fine insieme all'aglio. Metterlo in un tegame e farlo struggere. Aggiungere l'olio e l'aceto e scaldare un attimo finchè sarà tutto ben caldo. Versare la salsa calda sull'insalata e servire subito. Il prosciutto è già salato di per sé, però se si vuole si può aggiungere poco sale.