



STUZZICHINI DI MELA E PROSCIUTTO CRUDO

Preparazione: ca. 15 min.

Valore nutrittivo: Porzione (1/4): 219 kcal
grassi 15 g / carboidrati 12 g / proteine 9 g
senza glutine

PER 4 PERSONE

- 140 g di formaggio fresco
(ad es. aglio & erbe
di Provenza Cantadou)
- 2 c. di acqua
- 1 pizzico di sale
- 2 mele
- 1 limone
- 50 g di prosciutto crudo
a fette
- 2 c. di pesto rosso
- 1 c. di capperi
- 1 pizzico di pepe

ECCO COME SI FA

- 1. Formaggio fresco:** mescolare con l'acqua fino ad ottenere un composto liscio, aggiustare di sale.
- 2. Fettine di mela:** eliminare il torsolo delle mele con un levatorsole. Tagliare le mele a rondelle di ca. 1 cm e metterle in una ciotola. Grattugiare metà della scorza del limone, spremere due cucchiaini di succo, mescolare.
- 3. Servire:** disporre le rondelle su un piatto da portata, spaltarle con il composto di formaggio fresco, aggiungervi il prosciutto crudo spezzettato con le mani, il pesto, i capperi e un pizzico di pepe.
- 4. Da preparare in anticipo:** preparare gli stuzzichini di mela ca. mezza giornata prima di servirli e conservarli ben coperti in frigorifero.

Lista della spesa

Trovi questi ingredienti
nei Coop Pronto



In collaborazione con

Betty Bossi