

Insalata greca



Un'insalatona è proprio quello che ci vuole per una cena fresca e veloce di ritorno dal lavoro oppure dalla palestra. Per rimanere leggeri, ma senza mai rinunciare al gusto, oggi FraSi in cucina vi propone un'insalata greca, che ovviamente non ha ricetta ma è semplicissima ed è un vero e proprio piatto unico.

Ingredienti per 2 persone

1 pomodoro verde

1 carota

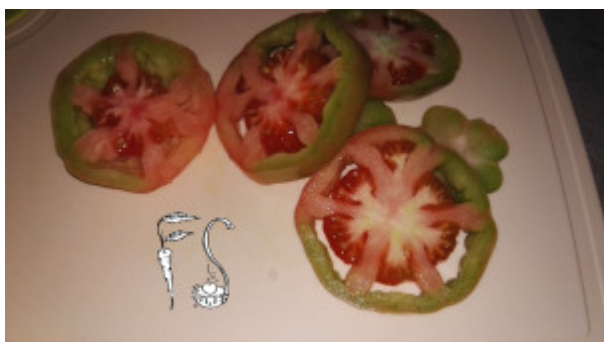
200 g di feta

olive nere

olio evo

sale e pepe

Lavate accuratamente il pomodoro e tagliatelo prima a fette e poi a dadini.



Pelate la carota e tagliatela a rondelle. Aggiungete la

carota al pomodoro.



Scolate le olive nere dal loro liquido e aggiungetele nell'insalatiera, insieme a pomodoro e carota. Tagliate la feta a cubetti e aggiungeteli all'insalata. Condite con olio, sale e pepe e mescolate.



Non abbiamo aggiunto aceto per non alterare il sapore della feta, ma se lo gradite aggiungete un goccio di aceto di mele.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Secondi e contorni](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)