



BRUSCHETTA ALLE VERDURE

INGREDIENTI:

- 1 porzione di verdure (pomodoro, peperoni gialli, cipolla tritata)
Basilico fresco
- Aceto balsamico
- Sale e pepe
- 1 porzione di fette croccanti di segale integrale
- 1 porzione di mozzarella



PREPARAZIONE:

- Lavare il pomodoro e il peperone, mondarli e tagliarli a dadini. Lavare le foglie di basilico e tritarne la metà.
- Mettere sul fuoco una padella antiaderente e una volta calda farvi imbiondire la cipolla, quindi aggiungere il pomodoro e i peperoni e farli saltare per qualche minuto.
- Distribuirvi sopra il basilico tritato e insaporire con un goccio di aceto, sale e pepe.
- Proseguire la cottura per 5 minuti a fuoco lento. Stendere il composto di verdure sulle fette di segale. Tagliare la mozzarella a dadini e distribuirla sulle fette. Guarnire con le foglie di basilico tenute da parte.