

## Insalata di cavolfiore alla Bindella, Tel Aviv

---

Ricetta di Roy Soffer

Ingredienti per 6 persone:

- 1 cavolfiore di media grandezza tagliato a piccoli pezzi
- 2 mazzi di rucola tagliata grossolanamente
- 1 mazzetto di aneto tagliato fine
- 1 mazzetto di basilico tagliato
- 1 mazzetto di menta tagliata
- 1 mazzetto di prezzemolo tagliato
- 60 gr. di pistacchi tostati e tritati grossolanamente
- 60 gr. di noccioline tostate e tritate grossolanamente
- scorza di limone



Per la vinaigrette (condimento)

- 120 gr. di succo di limone appena spremuto
- 80 gr. di miele
- 4 gr. di sale
- 125 gr. di olio extravergine di oliva

Preparazione:

Mettere tutti gli ingredienti per la vinaigrette in un mixer, escluso l'olio che deve essere incorporato goccia a goccia.

Per l'insalata:

mettere in un mixer i mazzetti di cavolfiore e sminuzzarli fino che non raggiungano la dimensione di grani di riso. Mettere tutto in una insalatiera e mescolare tutti gli ingredienti. Aggiustare di sale e guarnire con ciuffetti di piselli.