

**LA RICETTA**

## **Insalata di fichi, formaggio di capra e melograno**

**CULTURA**

10\_10\_2022



Ecco una ricetta molto facile e deliziosa. È una ricetta antica, che esisteva ai tempi di Maria Vergine in Galilea.

**Ingredienti per 4 persone:**

4 fichi tagliati a metà

4 cucchiai di pistacchi grigliati

200 g di formaggio di capra tagliato a pezzi

12 foglie di lattuga

4 cucchiai di semi di melograno

4 cucchiai di farro bollito

Vinaigrette

2 cucchiai di olio d'oliva

2 cucchiai di succo di melograno

1 spicchio d'aglio, tritato

Sale e pepe nero macinato fresco

### **Preparazione**

In una grande ciotola sistemare le foglie di lattuga spezzate in pezzi non troppo piccoli.

Adagiare sopra i pezzi di formaggio, i fichi, il farro e i semi di melograno. In una piccola ciotola, sbattere insieme olio, succo di limone, aglio, sale e pepe. Condire l'insalata e servirla. (Liana Marabini)