



**MySocialRecipe**

Questa ricetta è mia!



**Ricetta N. RE003230 - Ricetta d'Autore**

**Registrata in data 21 Feb 2020 alle ore 11:30**

**da GIUSEPPE DADDIO**

Livello di difficoltà: Medio

Piatto tipico della stagione: Primavera, Estate, Autunno, Inverno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Felice

## **Infusi di agrumi con ratatouille di ortaggi e frutta, insalatine di erbe spontanee**

Infusi di agrumi con ratatouille di ortaggi e frutta, insalatine di erbe spontanee, un pre-dessert ideato per il "Menu dei desideri" presentato nell'ambito del Congresso nazionale sull'obesità OPERA tenutosi a Napoli dal 13 al 15 febbraio diretto dalla prof.ssa Annamaria Colao. Gli autori del menu, assieme allo chef Daddio, sono Francesca Marino (nutrionista) Luciano Pignataro (giornalista gastronomico).

Tempo di preparazione: 1 ore

### **Ingredienti per 10 persone**

150 g Succo di arancia  
150 g Succo di pompelmo  
150 g Succo di mandarino  
150 g Succo di limone  
20 g Miele d'arancia  
50 g Sedano rapa  
50 g Finocchi  
50 g Carota  
100 g Ananas  
50 g Mango  
50 g Kiwi  
50 g Mela Smith  
200 g Frutti di bosco  
Q.b. Menta  
Q.b. Insalatina di erbe

### **Preparazione**

Riunire i succhi di agrume in una ciotola, tagliare gli ortaggi e le frutta pulita a piccoli cubetti, lasciar marinate con la menta per circa 2 ore.

Servire con i frutti di bosco e la menta fresca.