

SPADA marinato

spremi 2-3 limoni e versa BOTTiglia ACETO E SALE FINO

In un CONTENITORE VETRO PRIMO STRATO SPADA SALO LEGGERMENTE,
IRRORare di LIMONE CHE COPRA E UN POCHINO ACETO E FACCIO COSI OGNI
STRATO LASCIANDO IN ULTIMO CHE IL LIQUIDO SOVRASTI TUTTI GLI STRATI

LATTUGA O SONCINO, UN MAZZETTO RUCOLA, 1 PEPERONE CHE TAGLIO PRIMA E
METTO A CUBETTI IN UN VASETTO CON ACETO

PELO META' ARANCIO SENZA PELLE BIANCA TAGLIO A FETTINE E A PEZZETTINI ED
IL SUGO CHE VIENE FUORI VINEGRETTE.

PEZZETTO MANGO O MELA E FETTINE E PEZZETTINI.

LIMONE SUCCO,+SUCCO ARAnCIA AVANZATO+1 CUCHIAINO BALSAMICO, 2 GOCCE
WURCHESTER E MONTO CON OLIO OLIVA

IMPIATTA LATTUGA POI SPADA POI PEZZETTI MANGO,PEPERONE E FRUTTA E
VINEGRETTE