



**BIOSÜDTIROL**

## L'agricoltrice bio Mona propone: Insalata Waldorf

Preparazione: 1 ora e 40 minuti

Difficoltà: facile

### Ingredienti (4 porzioni)

400 g sedano rapa

250 g yogurt naturale

60 g noci

250 g mela Topaz

1 insalata romana o radicchio

1 foglia di sedano

Sale e pepe quanto basta

### Preparazione

Grattugiare grossolanamente il sedano rapa, tritare le noci e mescolare entrambi con lo yogurt naturale. Insaporire con sale e pepe. Lasciar riposare per 90 minuti. Grattugiare grossolanamente la mela e aggiungerla al composto di sedano e noci. Guarnire con la foglia di sedano tritata. Aggiungere dell'insalata romana o del radicchio e servire con un sorriso.

### Il consiglio di Mona:

Per accompagnare l'insalata Waldorf si adattano perfettamente delle patate lessate con la buccia e del Gorgonzola. Buon appetito!