

Le ricette regionali di Cresci con gusto: **LA PANZANELLA TOSCANA**



Ingredienti*:

- 150 gr di pane raffermo
- 3 o 4 pomodori maturi
- 1 cetriolo
- 1 cipolla rossa
- Basilico
- Olio extra-vergine di oliva, aceto, sale

*(dose indicativa per circa 4 persone)

Sbucciate e tagliate la cipolla a fettine sottili, mettetela in ammollo in una ciotolina con dell'acqua e un cucchiaino di aceto per circa 15 minuti.

Bagnare il pane con una soluzione di acqua e aceto (un cucchiaino), senza inzupparlo troppo. Una volta ammorbidito, strizzatelo, spezzettatelo grossolanamente con le mani e mettetelo in un'insalatiera capiente.

Lavate e tagliate a pezzettini i pomodori, togliendo i semi. Aggiungeteli nell'insalatiera sopra al pane.

Scolate la cipolla rossa e unitela (a piacimento!!!) nell'insalatiera. Sempre a piacimento potete aggiungere qualche fettina di cetriolo, sbucciato e tagliato a rondelle.

Sminuzzate e aggiungete anche le foglie di basilico.

Amalgamate delicatamente tutti gli ingredienti, condite il tutto con dell'olio extravergine di oliva e aggiustate di sale e pepe. Se necessario, aggiungete altro aceto di vino.

Lasciar riposare la panzanella in frigorifero e toglierla circa 15 minuti prima di servirla.

Le dosi degli ingredienti sono indicative, potete variarle in base al vostro gusto.