

## INSALATA GIARDINIERA

Oggi prepariamo l'**insalata giardiniera**, una conserva e un **contorno sfizioso** da preparare con un po' di tempo a disposizione. Le verdure che la compongono sono prevalentemente carote, fagiolini, **cavolfiore**, sedano e **cipolline**, ma potete aggiungere anche quelle che preferite come zucchine e peperoni, stando però attenti al tempo di cottura in aceto. Questa insalata giardiniera è perfetta da servire con dei piatti a base di carne, ma anche da condire con la maionese per una insalata russa ottima.

Poi fate raffreddare il tutto e conservate l'insalata giardiniera in dei barattoli di vetro coprendo con il liquido di cottura.

Chiudete ermeticamente e sterilizzate facendoli bollire per mezz'ora in un tegame ricoperti di acqua.

Tirate fuori i barattoli quando l'acqua sarà fredda e riponeteli in dispensa. Non consumate prima di due settimane.



### Ingredienti per 6 persone

300 g di carote  
1 costa di sedano  
300 g di cipolline  
200 g di fagiolini  
2 peperoni di colori diversi  
200 g di cavolfiore  
aceto di vino bianco  
400 ml di vino bianco  
olio di d'oliva  
20 g di zucchero  
10 g di sale fino  
10 g di pepe  
alloro qualche foglia

### Preparazione:

Tagliate carote, sedano, peperoni e fagiolini a pezzetti e in una pentola fate bollire circa 1 litro di aceto con zucchero, sale, pepe e alloro.

Poi aggiungete carote, sedano e fagiolini a pezzetti.

Dopo qualche minuto, anche il cavolfiore tagliato in cime e le cipolline, e dopo ancora qualche minuto, i pezzetti di peperoni, lasciando cuocere il tutto circa altri 5 minuti.

