

[← TUTTE LE RICETTE](#)

INSALATA GRECA LIGHT

5 MIN

FACILE

CONTORNO

INGREDIENTI

INGREDIENTI PER UNA PERSONA:

- 1 pomodoro cuore di bue
- 1 cetriolo
- 40 gr. di feta greca
- Origano di Pantelleria
- Sale
- Olio extravergine di oliva

PREPARAZIONE

Togliete con un pelapatate la buccia del cetriolo e tagliatelo a fettine. Tagliate anche il pomodoro. Mettete i cetrioli e i pomodori in una ciotola (o nel recipiente di plastica della tua schiscetta) e tagliate a dadini la feta, aggiungendo anche questa nella ciotola.

Condite con un filo di olio d'oliva, un pizzico di sale e una spolverata di origano. La vostra insalata greca light è pronta da gustare!

PER UN TOCCO IN PIÙ



Il nostro extravergine Premi e Spremi è perfetto per condire i nostri pasti direttamente in ufficio o fuori casa. Provalo per questa ricetta!

Estate non ti temiamo! Quando arriva il caldo afoso, non si sa mai cosa mangiare: un'insalata che sia **leggera**, **nutriente** ma soprattutto **fresca**.

Ecco dunque una rivisitazione di un'insalata greca, senza cipolla, più light!

