

# Momenti di piacere con Brunos

## Insalata di carote stufate e yogurt



45 minuti



4 porzioni

### Ingredienti

400 g	carote
1 mazzetto	aneto
4 cucchiaini	yogurt
1 manciata	pistacchi
1/2	arancia
50 g	insalata riccia
	Salsa per insalata
	Bruno's Spagnola

La nostra creazione a base di carote e yogurt è piacevolmente rinfrescante anche se prima viene cotta in forno. L'aneto conferisce al piatto un aroma agrodolce, mentre la scorza di arancia grattugiata fine dà al tutto un gusto dolce leggermente acidulo.

### Preparazione

1. Condire le carote con il sale e un po' di olio di oliva. 2. Cuocerle per 25 minuti in forno a 200 °C. 3. Al termine della cottura fare raffreddare le carote e tagliarle con la buccia in fette di vari spessori. 4. Mescolare lo yogurt con un po' di salsa per insalata Bruno's Spagnola e disporlo sul piatto con un cucchiaino. 5. Mettervi sopra le carote e decorare con le cimette di aneto, l'insalata riccia e i pistacchi. 6. Grattugiarvi sopra la scorza di 1/2 arancia e cospargere sull'insalata qualche goccia di salsa per insalata Bruno's Spagnola.

**Buon appetito!**



[brunosbest.ch](http://brunosbest.ch)