

Insalata di carote, fagiolini, tonno e mais



Ingredienti:

500 g fagiolini freschi

350 carote

2 scatole di tonno al naturale

1 scatola di mais

erba cipollina

sale

Pulite e lavate i fagiolini e lasciateli interi. Pulite e lavate le carote.



Tagliate le carote a rondelle spesse.



Aggiungete i fagiolini, poco sale e 50 ml d'acqua.



Coprite con Magic Cooker. Usate fiamma alta solo qualche minuto finché fuoriesce il vapore, poi fiamma bassa per circa 15 minuti.



Lasciate raffreddare.

In una ciotola capiente mettete il tonno ed il mais sgocciolate e l'erba cipollina tagliata.



Unite le carote ed i fagiolini . Condite a piacere con un po di olio di oliva.

Buon appetito con Magic Cooker!

Ricetta fatta da Eliza Sestov.