

## Winter Citrus and Escarole Salad (Insalata Invernale di Agrumi e Scarola)

From: The Clean Gourmet

<http://thecleangourmet.com/2014/02/11/winter-citrus-and-escarole-salad-insalata-invernale-di-agrumi-e-scarola/>

What you need:

### **For the dressing:**

2 Tbsp fresh lemon juice

2 Tbsp walnut or extra virgin olive oil

1 Tbsp apple cider vinegar (or more lemon juice)

1 Tbsp maple syrup

juice from 1 Tbsp grated ginger (simply squeeze it in the palm of your hand or through a cheesecloth or nut milk bag and discard the fiber)

2 Tbsp finely chopped shallot (about 1 shallot)

1/2 tsp dried mint

1/2 tsp fine sea salt

freshly ground black pepper, to taste

### **For the salad:**

1 head escarole, leaves removed from core, well rinsed and dried in a salad spinner or on a clean dish towel

1 orange, peel and pith removed with your knife and sliced into 1/4" slices

5 radishes, thinly sliced

chia seeds, for sprinkling

What to do:

Whisk dressing ingredients together in a small bowl and set aside.

**Assembly:\***

Arrange in layers: escarole leaf, orange slice, radish slice. Repeat three times per plate.

Drizzle with dressing and sprinkle chia seeds.

\*You can also chop the escarole leaves and quarter the orange slices to toss in a communal bowl with the radish slices, dressing and chia seeds.

Cosa serve:

**Per la salsa:**

2 cucchiaini di succo di limone

2 cucchiaini d'olio di noce o extra vergine d'oliva

1 cucchiaino d'aceto di mele

1 cucchiaino di sciroppo d'acero

succo d'un cucchiaino di zenzero grattugiato (semplicemente stringetelo tra i palmi e raccogliete il succo, scartando le fibre)

2 cucchiaini di scalogno, tritato (circa un scalogno)

1/2 cucchiaino di menta essiccata

1/2 cucchiaino di sale marino

pepe nero macinato

**Per l'insalata:**

1 grappolo di scarola, foglie separate dal torsolo e ben lavate ed asciugate (consiglio di asciugarle in una centrifuga scolaverdure o in uno strofinaccio)

1 arancia, pelata (inclusa la parte fibrosa) e tagliata in fette da circa un centimetro

5 ravanelli, affettate sottilmente

semi di chia, per cospargere

Cosa fare:

Frustate gli ingredienti per la salsa in una scodella piccola e mettete da parte.

**Preparazione:\***

Mettete in strati su ogni piatto: una foglia di scarola, una fetta d'arancia ed una fetta di ravanello. Ripetete tre volte per ogni piatto.

Fate cadere gocce di salsa e cospargete i semi di chia sulla verdura.

\*Potete anche servire in un'insalatiera grande, tagliando la scarola e facendo pezzetti d'arancia per unire al ravanello, la salsa ed i semi di chia.