

# Insalata di piovra, vongole, melone, lamponi, ananas e anguria

*Marcantonio Sagramoso*

2 minuti

---

## Con olio di zucca e guanciale

Finalmente l'estate! Ecco un'insalata che porta il mare in tavola. L'unione della frutta con il pesce garantisce sicuramente una grande freschezza a questa preparazione semplice e che non costa mezze giornate di lavoro. Ottima e sapida, la si può preparare anche la sera prima per portarsela appresso sia in montagna che in spiaggia!



**Ingredienti per 4 persone:** 100 g vongole già cucinate con Prosecco, aglio, basilico e menta; una piovra lessata; 200 g anguria; 200 g ananas; 200 g melone; 50 g lamponi; poca rucola e portulaca; sale, pepe, olio di zucca ed una spremuta di lime; una fetta di guanciale per dare un sapore

tostato e crispy alla ricetta. Cucinare la piovra sobbollita come si fa di solito. Cucinare anche le vongole come sopra descritto, eliminando la valva vuota e staccando alcuni molluschi dal guscio. Pulire e parare i frutti, lavare i lamponi, la rucola e la portulaca ed asciugare con cura. Tagliare tutto a cubi della grandezza di un dado da gioco e mettere in una bowl a condire con poco sale, pepe a piacere ed olio di zucca. Condire anche le due erbe, cristallizzare il guanciaie in forno a 150° per 11 minuti. Montare ora l'insalata e servire ben fresca.

*Marcantonio Sagramoso*