




## Insalata di asparagi e patate


<https://www.lacucinaimperfetta.com/insalata-di-asparagi-e-patate/>





 Preparazione: **10 min**

 Cottura: **25 min**

 Tempo totale: **35 min**

 Difficoltà: **facile**

 SENZA LATTOSIO  SENZA UOVA

La ricetta dell'insalata di asparagi, patate e pancetta croccante è particolarmente sfiziosa. Si tratta di un'[insalata](#) ricca e gustosa perfetta anche come piatto unico accompagnata da croccanti crostini di pane. Potete gustare l'insalata di asparagi e patate tiepida oppure fredda.

Se vi piacciono gli asparagi provate anche la ricetta dell'[Insalata di quinoa con asparagi e zucchine](#)

## Ricetta Insalata di asparagi e patate

### Ingredienti per 2 persone

- 350 gr. di patate

- 400 gr. di asparagi
- 50 gr. di pancetta tesa affumicata
- 25 gr. di olio
- 1 cucchiaino colmo di senape
- sale
- 1 baguette piccola

## Come fare l'Insalata di asparagi e patate

### Procedimento

Lavate le patate e lessatele partendo da acqua fredda fino a quando non saranno ben cotte.



Lavate gli asparagi ed eliminate la parte più dura del gambo.



Lessate gli asparagi in acqua salata e poi scolateli in acqua e ghiaccio.



Quindi tagliateli a tocchetti.



Una volta pronte, sbucciate le patate.



Tagliate a listarelle la pancetta...



e fatela rosolare in un tegame antiaderente.



In una ciotola mescolate 20 gr di olio, qualche pizzico di sale e il cucchiaino di senape.



Condite con la crema alla senape le patate.



Condite gli asparagi con il restante olio e poi mescolateli delicatamente alle patate.





Impiattate l'insalata di asparagi e patate completandola con la pancetta croccante e le fette di pane tostato.

[Giuliana Manca](#)

---

Copyright © 2019 - Giuliana Manca riproduzione riservata - P.IVA 03953390758