



“Mousse di cannellini con capperi al profumo di basilico”

Ingredienti per 4 persone

- ✓ 500 g di cannellini già cotti
- ✓ 20-30 g di basilico fresco
- ✓ 2 cucchiaini di olive taggiasche
- ✓ 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- ✓ 6-8 capperi
- ✓ un cucchiaino di succo di limone
- ✓ mezzo spicchio di aglio fresco (facoltativo)
- ✓ sale integrale q.b.

Preparazione

Lavate il basilico e sciacquate i capperi (se salati). Fate un trito di olive, aglio, capperi e fateli insaporire per qualche minuto in una pentola antiaderente con l'olio extravergine di oliva. Aggiungete poi i fagioli cannellini, un pizzico di sale e fate aromatizzare per alcuni istanti. Ponete tutti gli ingredienti in un mixer, unite le foglie di basilico, il succo di limone, aggiustate di sale e frullate sino a ottenere una crema omogenea.

Servite la mousse guarnita con qualche foglia di basilico. Potete spalmare sul pane, come condimento dei primi piatti, per farcire verdure, ecc.

Buona salute a tutti!