

# Insalata di arance

Categoria: Sapori d'Italia - Sicilia



## Informazioni Generali

Preparazione: 30 min

Dosi per: 4 persone

Costo: Molto Basso

Difficoltà: Molto Basso

Questa ricetta, tipicamente **Siciliana**, è particolarmente delicata e gustosa, ed è ideale da proporre sotto il **periodo natalizio**, per dare un tocco di **originalità ed eleganza** alla tavola, ma la si può gustare comunque per tutto il periodo in cui si trovano le arance sul mercato. Esistono diverse **ricette arabe** che contengono le arance come ingrediente base e c'è da immaginarsi che a seguito delle invasioni arabe in Sicilia, qualcosa di questa popolazione ci sia rimasto!



## Ingredienti

» Arance 4 tipo sanguinelle	» Olive nere 12
» Cipolle 1/2 di tropea o un cipollotto	» Pepe q.b.
» Olio di oliva extravergine 3-4 cucchiari	» Sale q.b.

## Preparazione



Per preparare l'insalata di arance, lavate le arance e sbucciatele a vivo (eliminando la pellicina bianca esterna) (1-2). Una volta che avrete sbucciato le arance, tagliatele a fettine alte circa 1 cm (2) (o se preferite a tocchetti), e riponetele su di in un piatto da portata, eliminando gli eventuali semi.



Mondate la cipolla rossa (o il cipollotto), affettatela finemente (4) e riponetela in una ciotola (se volete addolcirla, lasciatela in ammollo in abbondante acqua fredda per almeno 10 minuti, poi scolatela e asciugatela per bene). In una terrina a parte, sbattete con una forchetta l'olio, il sale ed il pepe, creando un'emulsione (5). Mettete in una ciotola le fette di arance, la cipolla (6)



unite le olive (7) e condite il tutto con l'emulsione di olio, sale e pepe (8): lasciate riposare l'insalata di arance così condita per 10 minuti a temperatura ambiente e poi servite (9).

### Consiglio

L'insalata di arance la si può servire come **antipasto**, o come **contorno**, ed è ideale per piatti di **carni grasse**, come le puntine di maiale arrosto e la salsiccia frita. Dovete sceglierle quindi non troppo dolci, ma piuttosto **acidule**.

### Curiosità

Questa ricetta di solito lascia chi non l'ha mai provata un po' perplesso o scettico. Ma una volta assaggiata, non la si abbandona più!