



## Insalata di champignons, rucola, noci e Luganiga Ticinese

### Cosa ti occorre (per 4 Porzioni)

- 4 Luganighe Ticinesi
- 20 funghi champignons
- 200g rucola
- q.b. mezzi gherigli di noce
- q.b. olio d'oliva
- q.b. aceto balsamico
- q.b. sale
- q.b. pepe dal macinapepe

### Preparazione

1. Lavare e asciugare la rucola.
2. Pulire i funghi dalla terra, lavarli rapidamente sotto l'acqua corrente.
3. Asciugarli e affettarli.
4. Tagliare la luganiga ticinese a fette spesse.
5. Scaldare 4 cucchiai di olio in una larga padella antiaderente e far rosolare i medaglioni di luganiga per 5-7 minuti rigirandola spesso, finché risulterà leggermente dorata su entrambi i lati.
6. Condire con 1 cucchiaio di aceto balsamico.
7. Riunire la rucola, i funghi e i gherigli di noce in una insalatiera.
8. Condire con olio d'oliva, aceto balsamico, sale e pepe.
9. Suddividere l'insalata in 4 piatti, distribuire sopra i medaglioni di luganiga ticinese e servire.