# Insalata di rinforzo

**Autore:**



L' **insalata di rinforzo** è un tipico piatto napoletano preparato nel periodo natalizio. L'insalata di rinforzo è così chiamata a Napoli in quanto pietanza servita originariamente durante il cenone della Vigilia di Natale, cenone notoriamente di magro, che anche quando comportasse pantagrueliche portate di pesce, si riteneva dovesse esser rinforzato con questa insalata.

**Altre immagini:**

## Preparazione





Lessate il cavolfiore in acqua salata, fatelo raffreddare e mettetelo in una insalatiera tagliandolo a pezzetti. Aggiungetevi i peperoni tagliati a listerelle, i sottaceti, le olive, le alici salate a filetti, l'olio e l'aceto. Mescolate bene e aggiungete il sale se necessario. Questa insalata va preparata almeno 24 ore prima di servirla.

## Note

Nessuna descrizione

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Tempo di preparazione** | 5 min | **Difficoltà** | Molto Facile |
| **Porzioni** | 1 portione | **Spesa** | |
| **Nazione/Regione** | Italy | **Costo per porzione** | |