

Ingredienti

- 250 g ricotta
- 200 g lattughino
- 50 g pinoli
- 15 g basilico fresco
- 16 fette di bresaola
- 20 g olio evo
- sale q.b.

Valori nutrizionali

Indice di Adeguatezza Mediterranea (MAI): 0,5

PER 100 G

Calorie	138,87 (Kcal)
Proteine	13,98 g
Carboidrati	2,22 g
Grassi	8,31 g
Fibre	0,84 g

PER PORZIONE

Calorie	234,34 (Kcal)
Proteine	23,59 g
Carboidrati	3,74 g
Grassi	14,03 g
Fibre	1,42 g

Cannoli di bresaola con ricotta di pinoli

Difficoltà	facile
Tempo di preparazione	10 min.
Tempo totale	10 min.
Porzione	4

DAI GUSTO ALLA TUA DIETA
Ricette Low carb e Keto

[#monicacucinandoconbimby](https://www.instagram.com/monicacucinandoconbimby)

Preparazione con bimby

- Mettere nel boccale i pinoli, le foglie di basilico fresco, l'olio extravergine di oliva e il sale, frullare: 20 sec./vel. 7.
- Aggiungere nel boccale la ricotta e amalgamare: 1 min/vel.4
- Distribuire il composto sulle fettine di bresaola e arrotolate a mo' di cannolo.
- Completate il piatto con l'insalatina e servite subito.

Preparazione senza bimby

- Mettere in un frullatore i pinoli, le foglie di basilico fresco, l'olio extravergine di oliva e il sale, frullare.
- Amalgamare il pesto ottenuto con la ricotta.
- Distribuire il composto sulle fettine di bresaola e arrotolate a mo' di cannolo.
- Completate il piatto con l'insalatina e servite subito.



[seguimi su: #monicacucinandoconbimby](https://www.instagram.com/monicacucinandoconbimby) per trovare altre ricette



scrivimi per info: monica79.bimby@gmail.com