

OLIO CUORE

# Patata dolce al cartoccio con maionese alle erbe



Una ricetta perfetta come aperitivo, antipasto o contorno!

## Ingredienti

- Maionese Vegetale Cuore
- 1 mazzetto di erba cipollina
- 3 foglie di salvia
- 5 foglie di basilico
- 2 patate dolci

• **Persone: 2**

<https://www.youtube.com/embed/-CNzMjQpdcc?rel=0>

---

## Preparazione

Dopo aver lavato accuratamente le patate, avvolgerle nella carta forno e infornare a 200 gradi per circa 1 ora.

Nel frattempo versare la **Maionese Vegetale Cuore** nel bicchiere del frullatore a immersione assieme all'erba cipollina, alla salvia e al basilico: frullare fino a ottenere un composto omogeneo.

Togliere le patate dal forno, tagliatele a metà per il lungo – avendo attenzione di non arrivare fino in fondo – e condirle con una generosa cucchiata di maionese alle erbe.

Aggiungere un po' di erba cipollina fresca appena tagliata.

---

**La ricetta è stata preparata con:**



**Maionese Vegetale**



Le patate dolci hanno un contenuto elevato di vitamina A, importante per il mantenimento della vista e per la salute della pelle. Inoltre alla buccia è stato attribuito un effetto cicatrizzante per la presenza di composti ad attività antiossidante. Infine, la cottura al cartoccio permette di conservare buona parte dei carotenoidi in esse contenuti.