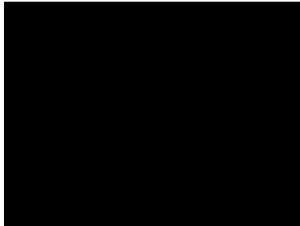


## **Ricette afrodisiache: Insalata di astice**

Categoria : Secondo

Pubblicato da [Lucia Fiorello](#) in 1/5/2012



Da sempre l'astice è considerato uno dei cibi più afrodisiaci. Oggi vi voglio suggerire una perfetta ricetta estiva ma anche afrodisiaca per una cenetta a due, perfetta per risvegliare la passione. Sono sempre stata convinta del grandissimo legame tra cibo e sessualità: chi ama i piaceri della vita è conviviale a tavola e anche passionale nella vita. Questa ricetta è davvero perfetta per il periodo e inoltre è molto semplice da preparare. Potrebbe essere uno spunto anche per qualche uomo che ci legge: cosa aspettate? Tutti ai **fornelli!**



### Ingredienti:

1 astice di circa 700 gr,

1 arancia,

1 limone, più il succo,

25 gr. di olio extra vergine di oliva,

odori per il court bouillon: sedano, carota, cipolla, alloro, timo, pepe in grani.

### Preparazione:

Per prima cosa dovrete cuocere l'astice a vapore per 12/15 minuti usando il court bouillon ovvero un brodo preparato con gli odori presenti negli ingredienti. Togliere la polpa senza romperla, farla raffreddare e tagliarla a rondelle; nel frattempo sbucciate gli agrumi, tenendo da parte un po' di scorza che servirà alla fine e tagliate la polpa degli agrumi.

Mescolate l'olio con il succo degli agrumi.

Prima di servire disponete al centro di un piatto le rondelle di astice formando una rosa e poi disporre a raggiera le fettine di agrumi.

Condire con la salsa e la scorza di **agrumi** tagliata sottilissima.

Spolverare di pepe e servire. Con un bicchiere di vino bianco o di champagne sarà perfetta!

