

## Cotolette Vegetariane con Marinata



---

*TEMPI DI PREPARAZIONE* 10 minuti

*TEMPO DI COTTURA* 10 minuti

---

### *Ingredienti per 4 persone*

- / 4 COTOLETTE SURGELATE VALSOIA (2 confezioni da g 200)
- / 1 costa di sedano tenera
- / 2 falde di peperone giallo
- / 2 falde di peperone rosso
- / 1 piccola cipolla rossa
- / 4 pomodori pizzutelli
- / succo di mezzo limone
- / g 40 di OLIO DI SOIA VALSOIA (4 cucchiari)
- / mezzo cucchiaino di semi di finocchio (facoltativo)
- / sale e pepe

### *Procedimento*

1. Pulite tutte le verdure, lavatele e tagliatele a dadini piccoli; mettetele quindi in una ciotola e aggiungete il succo di limone, l'OLIO DI SOIA VALSOIA e i semi di finocchio se li gradite; regolate di sale e pepe, mescolate bene e lasciate insaporire al fresco per circa mezz'ora.

2. Cuocete le COTOLETTE SURGELATE VALSOIA in un tegame antiaderente oppure in forno preriscaldato a 180 °C, quindi mettetele su un piatto da portata, versatevi sopra la marinata e lasciate riposare qualche minuto prima di servire.