

Insalata di pasta all'aceto balsamico. Profumi mediterranei



Toc toc...c'è nessuno?!?!?

Siiiiiiiiiiiiiiiiiii, ci sono!

BUONGIORNO buongiorno buongiorno a tutti, oggi ragazzi mi sento particolarmente allegra, attiva e piena di energia.

Sarà il sole, che accompagna il mio risveglio (o sono io che aspetto lui che sorge...boh! vabbè, piccolo dettaglio!) da quasi una settimana (è per questa primavera è un record!), sarà che pur essendo ancora mercoledì già comincio a sentire aria di week end e nella mia testolina la rotellina gira gira all'impazzata, sarà che mi sto pregustando la scappatina di domenica prossima al mercatino dell'antiquariato, fantasticando su cosa potrò trovare di carino, ma oggi davvero salterei festosa al collo di chiunque, anche del collega antipatico e insopportabile che ti capita di incrociare per il corridoio (magari dopo un calcettino di ritorno...ooooops!).

Insomma, il mio umore di oggi è in perfetta sintonia con il piatto giallo oro che fa capolino in questo post e con cui ho ufficialmente inaugurato la stagione delle insalate fredde di pasta...finalmente!

La ricetta originale l'avevo trovata qualche anno fa su un numero di "Cucinare Bene" (se non ricordo male...giocchetto di parole!) ma, of cooooooourse, non poteva passare sotto le mie mani e uscirne indenne, senza che in qualche modo ci mettessi lo zampino. E a dirvi la sincera verità non mi ricordo neanche più l'entità del terremoto! Posso solo assicurarvi che non solo è buona, ma si presenta anche molto bene con il suo colore solare e la mimosa di tuorlo a contrasto col bianco candido della feta e il colore brunito delle zucchine dato dall'aceto balsamico.

Insomma, una pasta po' particolare che secondo me dà il suo meglio non freddissima ma a temperatura ambiente e che sicuramente vale la pena provare.

Allora...ci facciamo un'insalata?



INSALATA di MEZZE PENNE all'ACETO BALSAMICO

Print

Prep time

15 mins

Cook time

30 mins

Total time

45 mins

Per 4 persone

Author: Federica

Recipe type: Primi piatti

Serves: 4

Ingredienti

- 320 gr di mezze penne rigate
- 2 zucchine (preferibilmente scure)
- 100gr di feta
- 1 tuorlo d'uovo sodo
- 1 spicchio d'aglio
- 1 cipollotto bianco fresco
- 1 bustina di zafferano
- menta fresca
- olio evo
- sale
- peperoncino (facoltativo)

Procedimento

1. Lavare e spuntare le zucchine, tagliarle a fettine sottili con la mandolina e farle rosolare a fiamma vivace in una padella con 2 cucchiaini di olio, lo spicchio d'aglio schiacciato e il cipollotto affettato al velo.
2. Sfumare con l'aceto balsamico, coprire con un coperchio e lasciar cuocere per una decina di minuti fino a che risultano morbide ma non sfatte.
3. Regolare di sale e profumare con la menta tritata fine; a piacere aggiungere anche una punta di peperoncino.
4. Lessare la pasta in abbondante acqua bollente salata insieme alla bustina di zafferano, scolarla al dente, passarla sotto un getto di acqua fredda per fermare la cottura e lasciarla sgocciolare bene.
5. Riunire la pasta in un'ampia ciotola, condirla con 2 cucchiaini di olio e appena una spruzzata di aceto balsamico.
6. Unire le zucchine ormai fredde e mescolare bene.
7. Distribuire sulla superficie la feta sbriciolata e il tuorlo d'uovo a mimosa e servire.

Note

Se si lascia riposare la pasta per qualche ora, aggiungere feta e tuorlo solo appena prima di portare in tavola.



Con questa fresca insalata di pasta partecipo all'appetitosa raccolta di Puffin "Pasta fredda che passione"



Un abbraccio e buona settimana a tutti...