



Associazione Amici del Cuore Onlus - Lecco



Insalata di farro, con provola affumicata e pomodorini

LE RICETTE DI ORNELLA

INGREDIENTI per 10 persone

Farro decorticato gr. 500
Pomodorini ciliegia gr. 500
Fagiolini o fave gr. 300
Provola affumicata gr. 200
Basilico foglie n. 15
Sale e pepe
Olio oliva extra vergine

PROCEDIMENTO

Far bollire il farro in abbondante acqua salata per 30 minuti, quindi scolarlo e farlo raffreddare.

Lavare i pomodorini e tagliarli a spicchietti. Lavare il basilico e asciugarlo delicatamente.

Nel frattempo tagliare la provola prima a fette e poi a dadini, e le fave, precedentemente sgranate e sbucciate.

Aggiungete al farro le fave e il formaggio a dadini insieme al basilico tritato ed ai pomodorini a spicchietti.

Condire l'insalata con olio oliva e.v., sale e pepe. Mescolare bene e lasciare insaporire per circa un'ora.

Servire nei piatti aiutandovi con un coppapasta.