

Pasta corta al salmone

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **420Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 100 g di salmone sott'olio (peso sgocciolato)
- 4 rametti di prezzemolo
- 200 ml di Brodo vegetale
- 1 scalogno
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- Pepe nero macinato al momento
- 160 g di pasta
- Sale



PREPARAZIONE

- Scolare il salmone e spezzettarlo con una forchetta.
- Lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tritarle finemente con la mezzaluna su un tagliere.
- Scaldare il brodo.
- Pulire lo scalogno e tritarlo finemente in una padella con l'olio. Portare sul fuoco e farlo dorare a fiamma media.
- Unire mezzo mescolo di brodo, un pizzico di sale e cuocere 5 minuti a fiamma media coperto.
- Trascorso il tempo indicato aggiungere il salmone e lasciarlo scottare uno o due minuti girando di frequente. E' importante non far seccare il salmone, che altrimenti diventerà duro e stopposo. In caso unire uno o due cucchiaini di brodo.
- Spegnerne il fuoco, cospargere di pepe e prezzemolo tritato e tenere ben coperto.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, aggiungere un mestolo di acqua di cottura nella padella del condimento, quindi accendere il fuoco.
- Saltare la pasta scolata a fiamma vivace nella padella del condimento per qualche minuto, girando di frequente.
- Servire immediatamente.

PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Boccoli, garganelli, farfalle

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

I consigli di Barbara

Questa pasta è ottima anche fredda. In tal caso lessarla come d'abitudine, scolarla al dente, disporla su un piatto molto largo, condirla con un filo d'olio, mescolarla e farla raffreddare uniformemente. Metterla quindi in una ciotola, unire il condimento, mescolare e lasciar riposare in frigorifero per almeno un'ora prima di servire. Ottima anche il giorno dopo!