

Pennette al salmone

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **415Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 100 g di salmone affumicato
- 2 cucchiaini di Brodo vegetale
- 1 cipolla bianca di piccole dimensioni
- 1 cucchiaino di olio extravergine di oliva
- Sale
- Pepe nero macinato al momento
- 160 g di pasta tipo pennette



PREPARAZIONE

- Togliere dal salmone le parti scure e coriacee e tritarlo grossolanamente con la mezzaluna su un tagliere.
- Scaldare il brodo.
- In una padella far soffriggere la cipolla tritata finemente con l'olio ed un pizzico di sale. Quando è appena imbiandita aggiungere due cucchiaini di brodo e farla cuocere a fiamma media per 3-4 minuti.
- Unire il salmone e scottarlo appena il tempo necessario a fargli prendere colore.
- Spegnere il fuoco ed unire una macinata di pepe. Tenere coperto.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, aggiungere mezzo mestolo di acqua di cottura nella padella del condimento, quindi accendere il fuoco.
- Saltare la pasta scolata a fiamma vivace nella padella del condimento e mescolare.
- Servire.

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 in un ampio piatto o in una ciotola, condirla con un filo d'olio e mescolare accuratamente in modo che non resti appiccicata e che si raffreddi uniformemente. Unire quindi il condimento, mescolare e lasciar riposare in frigorifero per almeno un'ora prima di servire. Ottima anche il giorno dopo!