

Pasta fredda cotta, mozzarella e verdure

La **pasta fredda cotta, mozzarella e verdure** è una pasta fredda ottima da gustare nel periodo estivo, anche fuori casa, sia in ufficio, sia per un picnic o una giornata al mare.

Io adoro preparare la **pasta fredda cotta, mozzarella e verdure** con diversi formati che cuocio tutti insieme, eventualmente buttandoli nell'acqua a fasi successive a seconda del tempo di cottura. Un esempio? Se usate tre tipi di pasta che cuociono rispettivamente 15, 10 e 7 minuti, buttate prima quella da 15, dopo 5 minuti quella da 10 e dopo 3 minuti quella da 7. Alla fine scolate tutto insieme!

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **490Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 100 g di fagiolini
- 100 g di pomodorini
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- Sale
- 2 spicchi di aglio
- Origano
- 50 g di mozzarelline
- 50 g di prosciutto cotto in un'unica fetta o a cubetti
- 160 g di pasta

PREPARAZIONE

- Pulire i fagiolini spuntando le estremità e togliendo i filamenti. Lavarli accuratamente sotto acqua corrente. Cuocerli per 20 minuti a vapore, oppure lessarli per 15 minuti in acqua salata. Ritirarli, tagliarli a pezzetti di 2-3 centimetri e metterli in una capace ciotola.
- Lavare i pomodorini ed affettarli nello spessore di mezzo centimetro circa. Metterli nella stessa ciotola dei fagiolini e condire con metà olio, un pizzico di sale, l'aglio spellato ed affettato e una manciata di origano.
- Scolare le mozzarelline dal liquido di governo, affettarle e unirle agli altri ingredienti.
- Ridurre il prosciutto cotto a cubetti e mettere anch'essi nella ciotola.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata. Scolarla al dente, disporla su un piatto molto largo, condirla con il restante olio, mescolarla e farla raffreddare uniformemente. Metterla quindi in una ciotola.
- Unire il condimento e mescolare accuratamente.
- Lasciar riposare in frigorifero almeno un'ora prima di servire. E' ottima anche il giorno dopo.

PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Fusilli, celentani, rotelle, formati vari assortiti.

STAGIONE

Maggio, giugno, luglio, agosto, settembre

AUTORE

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



VARIANTE VEGETARIANA

Al posto del prosciutto cotto utilizzare un formaggio tipo Leerdammer.

I consigli di Barbara

Lasciare la pasta a temperatura ambiente almeno mezz'ora prima di servirla.