

PRIMI PIATTI

Insalata di farro con pesto e pomodorini

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [15 min](#) COSTO:

[molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

NOTE: + 2 ORE TEMPO DI RIPOSO



Oggi ti farò scoprire un [primo piatto](#) che sicuramente ti conquisterà: l'**insalata di farro con pesto e pomodorini**! Questa ricetta è perfetta per le giornate calde, o quando desideri un pasto leggero e gustoso in qualsiasi stagione. Il farro è un cereale antico, famoso per la sua **consistenza delicata** e i suoi tanti benefici nutrizionali. Accompagnato da un **pesto fresco** e profumato, fatto con **basilico, pinoli, aglio, olio d'oliva** e un **tocco di formaggio grattugiato**, questa combinazione di sapori e colori è indimenticabile. I

pomodorini, **maturi e succosi**, donano **freschezza e dolcezza** all'insalata, che si sposa benissimo con il tipico gusto del [pesto alla genovese](#). E sai una cosa fantastica dell'**insalata di farro con pesto e pomodorini**? **È incredibilmente versatile!** Puoi godertela come **piatto unico** per un pranzo leggero o come contorno per accompagnare piatti principali più sostanziosi.

Segui la nostra ricetta con passo passo fotografico per gustarti anche tu una **deliziosa insalata di farro con pesto e pomodorini**, oppure puoi provare anche queste altre deliziose insalate con il farro:

[Insalata di farro con mozzarella e verdure](#)

[Insalata di farro estiva](#)

[Insalata di farro con polpo e verdure](#)

[Insalata di farro con rucola e pecorino](#)

INGREDIENTI

FARRO 250 gr

POMODORINI CILIEGINO 150 gr

MOZZARELLA 150 gr

PESTO ALLA GENOVESE 100 gr

SALE FINO

PREPARAZIONE

- 1** Sciacqua il farro con acqua corrente, versalo in una pentola con abbondante acqua salata e bollente. Cuoci per il tempo indicato nella confezione, solitamente sono indicati 12-15 minuti. Quando è pronto, scola il farro, e mettilo in una terrina capiente che possa contenere la ricetta finita. Condisci il farro con olio extravergine di oliva e lascia raffreddare.



2 Mentre il farro si raffredda, lava i pomodorini e tagliali a metà o in quarti a seconda della loro grandezza, infine taglia a cubetti anche la mozzarella.



- 3 Aggiungi i pomodorini e la mozzarella tagliata al farro ormai raffreddato, aggiungi il pesto alla genovese e mescola bene. Copri la terrina con della pellicola da cucina e riponi tutto in frigorifero a riposare per almeno 2 ore prima di portare in tavola.



