

## CONTORNI

# Insalata di farro estiva

Difficoltà 

Tempo richiesto  40 min

## Ingredienti (per 4 persone)

### Caciotta Cademartori

150 gr

### Farro perlato

200 gr

### Pomodoro ciliegino

200 gr

### Olio Extravergine d'oliva

q.b.

### Sale

q.b.

## Descrizione

Quando siamo stufi dei soliti sapori, alternare gli ingredienti base è un'ottima soluzione. Quella dell'insalata di farro è una ricetta fresca e molto gustosa che può aiutarci a preparare un ottimo primo piatto, o piatto unico, al posto della solita insalata di riso o di pasta. La ricetta dell'insalata di farro estiva è molto facile da realizzare e sarà davvero irresistibile se per prepararla utilizzerete ingredienti di stagione.

Per rendere il tutto ancora più gustoso aggiungeremo alla preparazione dei cubetti di Caciotta Cademartori, morbida e fresca per un piatto da veri re. Per preparare l'insalata di farro estiva, cominciate a mettere il farro in una pentola capiente, aggiungete abbondante acqua salata fino a coprirli, poi cuocete seguendo le indicazioni sulla confezione, solitamente tra i 15 ed i 18 minuti. Una volta che l'orzo sarà cotto, scolatelo e passatelo sotto l'acqua fredda corrente, in modo da bloccare la cottura e per raffreddarlo, poi trasferitelo in una capiente ciotola e mettetelo da parte. Lavate e pulite i pomodori, poi tagliateli in piccoli spicchi. Prendete la Caciotta Cademartori e tagliatela a cubetti piccoli.

Aggiungete al farro i pomodori tagliati e la rucola precedentemente tritata in maniera grossolana. Unite anche la Caciotta Cademartori e condite tutto con un giro di olio extravergine di oliva; quindi aggiustate di sale. Porzionare e gustate insieme ai vostri ospiti questa deliziosa insalata di farro estiva.