

Insalata di pasta con mozzarella, pomodori e basilico



Questa insalata di pasta mediterranea con pinoli tostati e condimento al miele-balsamico ha il sapore dell'estate e del sole!

Gli ingredienti rappresentano anche i colori della bandiera del nostro vicino di casa: pomodoro, mozzarella e basilico, i tre moschettieri della cucina italiana. E definiscono anche il gusto di questa ricetta.

La nostra insalata di pasta alla caprese si prepara in un battibaleno ed è un piatto estivo super veloce, degno della denominazione «Meal Prep», il che significa che i pasti vengono preparati in anticipo e, se necessario, riscaldati brevemente, anche se il processo di riscaldamento per questo piatto non è previsto.

Insalata di pasta

- 400 g di penne
- 60 g di pinoli
- 375 g di mozzarella a bocconi
- 400 g di pomodorini Cherry, tagliati in quattro
- 20 g di basilico fresco, a striscioline
- qualche foglia di basilico intera per guarnire, opzionale

Salsa

- 70 ml di aceto balsamico bianco
- ca. ½ cucchiaino di miele (a seconda della dolcezza dell'aceto balsamico)
- ½ spicchio d'aglio, pressato, opzionale
- 120 ml di olio d'oliva
- Sale e pepe

Preparazione insalata di pasta

1. Preparare le penne secondo le istruzioni della confezione. Tostare i pinoli in una padella antiaderente a fuoco medio, senza olio, fino a doratura.
2. In una grande insalatiera, mescolare la pasta raffreddata, i pinoli, la mozzarella, i pomodorini e il basilico.

Preparazione della salsa

1. Per la salsa, mescolare l'aceto balsamico, il miele e l'aglio. Integrare l'olio e condire con sale e pepe a piacere.
2. Mescolare la salsa all'insalata e guarnire con basilico fresco.

Tempo di preparazione: 30 minuti

Coccinella Sangiovese/Merlot bio Marche IGP

Rosso granata carico con riflessi violacei. Profumo delicato di frutti rossi maturi e un accenno di brezza marina. Corpo medio e retrogusto piuttosto persistente.



[Visualizzare nello Shop Vini >](#)