



Insalata di pasta con uova e fagiolini

Portata: Insalate

Tempo di preparazione: Da 0 a 30 Minuti

Difficolta': Facile

Ingredienti per 4 persone:

- 320 fusilli*
- 2 uova
- 6 filetti di acciuga sott?olio
- 200 pomodori pizzutelli
- 200 fagiolini
- 40 capperi sott?aceto
- 40 olive nere snocciolate
- 2 olio extravergine di oliva
- 1 finocchietto selvatico
- 1 senape in polvere*
- sale

Preparazione:

Pulite e spuntate i fagiolini, sciacquateli e lessateli per 15 minuti, quindi tagliateli a met . Scolate i filetti di acciuga, asciugateli su un foglio di carta assorbente da cucina e divideteli a met .

Lavate e tagliate a met  i pomodorini. Sciacquate e asciugate i capperi e le olive, quindi dividete queste ultime a met . Lessate le uova per 8 minuti in acqua bollente, calcolati a partire dall'ebollizione dell'acqua. Scolatele e fatele raffreddare, quindi sguusciatele e dividetele in quarti. Lavate e asciugate il finocchietto.

Portate a bollore 3 l di acqua in un tegame, scioglietevi la senape, mescolate e lessatevi al dente i fusilli. Scolateli e fateli raffreddare sotto il getto di acqua fredda. Riunite gli ingredienti in una grande ciotola, condite con l'olio extravergine, il sale e il finocchietto spezzettato, quindi servite.

Foto:   Fuoco Variabile

***Quando trovate un asterisco accanto a uno degli ingredienti di una ricetta, dovete verificare la presenza sulla confezione della scritta senza glutine, oppure fare riferimento alla Spiga Barrata o al Prontuario dell'Associazione Italiana Celiachia (celiachia.it) o scaricare la App AIC Mobile per Android, iPhone e Windows).**

**** Per gli ingredienti indicati con due asterischi, il suggerimento ? di scegliere i prodotti erogabili ai**

celiaci da parte del SSN: il riferimento ? il Registro degli Alimenti dietetici senza glutine del Ministero della Salute (salute.gov.it).