

Insalata di farro (Contorni)



Preparazione

Lessate il farro in acqua bollente salata per 10 minuti. Tagliate i pomodori, i ravanelli, spezzettate il basilico, denocciate le olive. Mescolate il tutto al farro. Condite con olio, succo di limone e sale. Completate con le uova sode a spicchi.

Consigli

Attenzione: il farro contiene glutine!

Curiosità

Il farro è un cereale originario della Turchia. Qui in Italia esso è particolarmente amato e diffuso in Toscana, dove diviene il vero protagonista di tante favolose zuppe calde, ottime da gustare durante l'inverno. Il farro esiste in tre varietà, piccolo, medio oppure grande.

Informazioni

Preparazione 20 minuti

Cottura 10 minuti

Dosi per 3 persone

Difficoltà Facile

la terra di Puglia



ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP

Autentici prodotti di Puglia solo su
shop.laterradipuglia.it

Sconto del 10%

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

Ingredienti

Farro 200 grammi

Uova 2 unità

Pomodori (due pomodori maturi)

Basilico (qualche foglia di basilico)

Rapanelli (una decina di ravanelli)

Olive taggiasche (una manciata di olive taggiasche)

Sale

Succo di limone (il succo di mezzo limone)

Olio extra vergine di oliva