

Salata cu paste si piersici

written by Andreea



Salata cu paste si piersici este un fel de mancare usor, cu arome de vara, cu piersici la gratar si dressing aromat.

Intotdeauna mi-au placut salatele, fie ca au fost mai simple sau mai bogate. Mereu mi-am dorit sa le combin cu diferite ingrediente, astfel incat sa fie nutritive si satioase, dar si placute la privire si neaparat foarte gustoase!

Vara aceasta descoperim gusturi elementare prin combinatii surprinzatoare! **Cu ocazia lansarii celui mai nou film Disney si Pixar, Elementar**, prietenii de la Baneasa m-au provocat sa creez un fel de mancare surprinzator!

Salata mea de astazi este una simpla, dar de mare efect, mai ales ca ea contine piersici la gratar. Ca sa fie putin mai satioasa, am ales pastele farfalle de la Baneasa pe care le-am fiert al dente.



Pe blog mai gasiti Salata de paste cu legume, Salata de couscous cu dovleac, sau o delicioasa salata chinezeasca de taitei cu alune.

Nu uitati ca ma puteti gasi si pe Instagram pentru alte retete si Stories dragute :).

▪ **Ingrediente:**

- 100 g paste farfalle Baneasa
- 100 g salata rucola
- 2 piersici nectarine
- 50 g mozzarella baby

- 30 g fistic tocat
- 1 lingurita crema de otet balsamic
- Busuioc proaspat
- **Pentru dressing:**
- 50 ml ulei de masline
- 1 lingurita amestec ierburi de Provence uscate
- Sucul de la $\frac{1}{2}$ lamaie
- sucul de la 1 portocala
- Sare si piper

Puneti pe foc o oala mare cu apa si o lingura de sare. Cand apa a dat in clocot, adaugati pastele si amestecati bine. Lasati sa fiarba pentru 5 minute pana ce pastele sunt al dente. Scurgeti pastele de apa, treceti-le printr-un jet de apa rece, dupa care stropiti-le cu putin ulei de masline. Lasati-le deoparte.



Pregatiti dressing-ul: intr-un bol amestecati uleiul de masline impreuna cu ierburile uscate si sucul de lamaie si cel de portocala. Condimentati cu sare si piper. Lasati deoparte.



Pregatiti piersicile: puneti pe foc un gratar la incins. Taiati piersicile in felii asezati-le pe o farfurie, condimentati-le cu sare, piper si stropiti-le cu putin ulei de masline.



Cand gratarul s-a incins, asezati feliile de piersici condimentate pe gratar, gatiti 2-3 minute pe fiecare parte.



Pregatiti salata: intr-o farfurie mare asezati salata rucola, peste ea turnati 2 linguri de dressing si amestecati bine.



Peste salata condimentata adaugati pastele, bilutele de

mozzarella,



apoi piersicile.



La final presarati fistic tocat si busuioc proaspat. Stropiti salata cu restul de dressing. Din loc in loc puneti mici picaturi de crema de otet balsamic.



Este o salata perfecta pentru vara, se pregateste rapid si este foarte colorata!



Salata cu paste si piersici

Un mod ideal de a incorpora si fructele in salatele nutritive!



Salata cu paste si piersici

Delectati-va cu aceasta salata surprinzatoare alaturi de cei mici si mergeti sa vedeti proiectia Elementar!



Salata cu paste si piersici

Enjoy!



Salata cu paste si piersici