

# Insalata d'orzo con acciughe, gamberetti e pomodorini

Categoria: Portate - Piatti Freddi



## Informazioni Generali

Preparazione: 15 min	Cottura: 15 min
Costo: Basso	Difficoltà: Bassa

L'insalata d'orzo con acciughe, gamberetti e pomodorini, è una valida alternativa alla solita insalata di riso.

L'orzo è un ottimo sostituto del riso, sia per preparare sfiziose insalate d'orzo che ottimi orzotti (equivalente dei risotti); è saporito, leggero e croccante, e questa semplice ma saporita ricetta esalta tutto il sapore del mare in essa contenuto.



## Ingredienti

>> <b>Acciughe (alici)</b> 8 filetti	>> <b>Orzo perlato</b> precotto 300 gr
>> <b>Basilico</b> qualche foglia	>> <b>Pepe</b> nero macinato a piacere
>> <b>Gamberi e Gamberetti</b> 200 gr	>> <b>Pomodori</b> ciliegino 150 gr
>> <b>Olio</b> extravergine oliva 5 cucchiari	

## Preparazione



Per preparare l'insalata d'orzo con acciughe, gamberetti e pomodorini, iniziate facendo lessare l'orzo in 1,5 lt di acqua bollente (1). Nel frattempo, lavate i pomodorini e tagliateli in quarti (2), fate sciogliere quindi le acciughe nell'olio posto qualche istante sul fuoco; aggiungete i gamberetti e fateli scottare per qualche secondo (3).



Quando l'orzo sarà cotto, (ricordatevi che deve rimanere un po' croccante), scolatelo bene e fatelo saltare nella pentola con gli ingredienti preparati in precedenza (4).

Togliete il tutto dal fuoco, fate raffreddare, e poi unite i pomodorini (5) e le foglie di basilico spezzettate con le mani (6);

aggiungete ancora un goccio di olio crudo, pepate a piacere e mescolate bene. Lasciate riposare e raffreddare del tutto, poi ponete l'insalata d'orzo con acciughe, gamberetti e pomodorini per almeno un'ora in frigorifero.

## Consiglio

Per servire questa insalata d'orzo in modo spiritoso e accattivante, ponetela in terrine monoporzioe (come potete vedere nella foto grande in alto), oppure potete servirla in piccoli bicchierini come accompagnamento ad un aperitivo.

## Consigli per gli acquisti



Cuociriso, potenza 700 Watt, capacità 1,8 litri, funzione riscaldamento, contenitore di cottura antiaderente, coperchio in vetro per un maggior controllo durante la cottura, comode impugnature laterali, indicatore luminoso di cottura, pratici piedini antiscivolo. Accessori: bicchiere misuratore e cucchiaio.

[Prodotto scelto per te da ePRICE. Vedi dettagli.](#)