



Insalata di pasta con pollo e sedano al pesto

(350 cal)

Ingredienti per 2 persone: 100 gr di pasta corta (gnocchetti sardi, ditali, pennette, conchigliette), 150 gr di petto di pollo arrosto, 1 cuore di sedano, 10 belle foglie di basilico, 10 gr di pinoli, 1 piccolo spicchio d'aglio, 1 cucchiaio di parmigiano o pecorino grattugiato, 1 cucchiaio d'olio d'oliva, sale.

Lessate la pasta in abbondante acqua salata e scolatela al **dente**. Passate il colapasta sotto l'acqua corrente per un paio di minuti per raffreddare la pasta e lasciatela scolare bene.

Mentre la pasta cuoce, **pestate** insieme i pinoli, il basilico, l'aglio e unite il pecorino e l'olio. Se necessario aggiungete un cucchiaio dell'acqua di cottura della pasta per diluire il tutto.

Quando la pasta è fredda conditela con il pesto ottenuto.

Tagliate il pollo a **fettine** sottili e distribuitelo sulla pasta.

Lavate e scolate il sedano e tagliatelo a fettine sottili senza togliere le foglioline.

Salate e rimestate delicatamente.

Nota: si tratta di un ottimo **piatto unico**, vitaminico e nutriente, molto fresco per i grandi caldi.