



## INGREDIENTI

- Farro
- Tonno sottolio
- Pomodorini
- Olive nere
- Timo fresco
- Basilico fresco
- Olio di oliva
- Pepe
- Sale

1



Portare a bollore dell'acqua per la cottura del farro.

A bollore raggiunto, salare e aggiungere il farro.

Il tempo di cottura è intorno ai 20 minuti (controllare sulla confezione).

Scolare il farro con un minuto di anticipo e riporlo in una ciotola.

Aggiungere un filo di olio d'oliva e regolare il sale miscelando bene il tutto.

2



Aggiungere il tonno sottolio (scolato), il timo tritato fine, qualche foglia di basilico tagliata fine, le olive nere tagliate grossolanamente e i pomodorini tagliati a cubetti (con la propria acqua di vegetazione).

Mischiare benne il tutto aggiungendo una macinata di pepe.

*Il timo e il basilico possono essere sostituiti a piacimento con altri aromi.*

*Mischiare i diversi ingredienti con il farro ancora tiepido.*

3



Puoi servire.

Conviene preparare il farro un'oretta prima del consumo per lasciare che i sapori si amalgamino bene.

## BUON APPETITO

È un piatto che si può preparare con largo anticipo,, anche il giorno prima.

*Tiepido o freddo è un'ottima alternativa ai classici primi piatti e perfetto nella stagione primaverile ed estiva.*



[www.RicetteOrizzontali.it](http://www.RicetteOrizzontali.it)

[ricetteorizzontali](https://www.instagram.com/ricetteorizzontali)