

## Le farfalle al salmone di Daniela

**Pubblicato:** Lunedì 26 Dicembre 2011



*Perchè ho scelto questa ricetta?*

*Nella mia città, Manciano – in Maremma (quella Maremma esclamazione spesso di stupore e meraviglia definita, dallo stesso Vs. stimato Direttore, terra straordinaria di confine. Spazio libero di pensiero, idee, sogni e viaggi.... ) quando si è tristi, giù di corda, appannati nei sentimenti per torti, sbagli fatti o ricevuti ... si propinano "farfalle". Anche di pasta. La farfalla è simbolo dell'anima e della felicità, di leggerezza, di libertà, simbolo dell'effimero e di ciò che dura in eterno e non a caso è uno degli insetti più tatuati al mondo.*

*E' un Natale dai toni "bassi", vuoi per la crisi che ci attanaglia, vuoi per le vicissitudini che la vita ci regala ed una ricetta "leggera" spero stemperi l'angoscia del momento, permettendoci di ritrovare quella serenità che dovrebbe appartenere ad ognuno di noi.*

*Semplicità, serenità, felicità in questo Natale 2011.*

### FARFALLE AL SALMONE

Tempo di cottura: 30 minuti  
dosi per 4/6 persone

#### INGREDIENTI:

- gr. 500 di farfalle
- 10 pomodorini maturi
- gr. 200 di salmone
- 1 spicchio d'aglio
- un mazzetto di prezzemolo
- olio extra-vergine di oliva
- sale q.b.

#### PREPARAZIONE

Far rosolare lo spicchio d'aglio con qualche cucchiaino d'olio, eliminarlo, unire il salmone spezzettato e far insaporire per qualche minuto. Unire i pomodori pelati e privati dei semi. Mescolare bene, aggiustare di sale e proseguire la cottura a fuoco moderato per circa 15 minuti.

Cuocere la pasta e condirla con la salsa e il prezzemolo tritato.

**Tutte le vostre ricette**

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it