

## Insalate... del mondo!



Le vacanze sono ormai prossime, e come ogni anno mi congedo dai miei golosi lettori per un breve periodo di meritato riposo... lontano dai fornelli.

Si sa che d'estate la voglia di cucinare "cala", a piatti elaborati si prediligono quelli facili della serie "**apro il frigorifero e metto in tavola**", ed ecco che le [insalate](#) miste diventano il piatto forte...

Si può affermare che ogni Paese ha la sua insalata: tutte **colorate, gustose, fresche**, più o meno facili da preparare ed ognuna con una sua **particolarità**: dalla feta della mediterranea [insalata greca](#), alle patate e fagiolini della mondana [insalata nizzarda](#), alla caliente [insalata madrilenà](#), al miscuglio di ingredienti dai quali "nasce" l'[insalata russa](#), per terminare con la cosmopolita - ovunque vi troviate nel mondo sarà sempre presente nei menu - "**Cesar salad**"!

Per non parlare delle tante ricette di casa nostra: chi in questo periodo non fa indigestione di insalata di riso o delle tante **insalate di pasta**? Rucola, pomodori, olive, formaggio, basta veramente poco per nutrirsi ed essere pronti ad affrontare un pomeriggio sotto il sole!

... lasciamo i piatti più succulenti all'inverno!

[Delia Giribaldi](#)

Pavia, 29/07/2002 (103)

### RIPRODUZIONE VIETATA

www.miapavia.com è [testata giornalistica](#), il contenuto di queste pagine è protetto dai diritti d'autore.

In caso di citazione o utilizzo, si prega di evidenziare adeguatamente la fonte.

### Articoli della stessa rubrica

- » [e fugasette ...](#)
- » [La mia focaccia al formaggio](#)
- » [Buone Feste con il pandolce genovese!](#)
- » [Ricetta senza nome...](#)
- » [Un gusto di dolcezza...](#)
- » [Il panettone gastronomico](#)
- » [La Torta Virulà](#)
- » [Riso alla certosina](#)
- » [Il risotto allo champagne](#)
- » [Prepariamo il panettone](#)
- » [... in via d'estinzione?](#)
- » [Marmellate di frutta](#)
- » [A tutta insalata!](#)
- » [Riempiamo la calza](#)
- » [Una bella coppa di gelato!](#)
- » [Mimosa da mangiare](#)
- » [La zuppa alla pavese](#)
- » [Risotto con uvärtiss \(Risotto con cime di luppolo\)](#)
- » [Meini](#)

[Vedi archivio](#)

### Altri articoli attinenti

- » [Apre in Varzi Bottega Oltrepò](#)
- » [BirrArt 2019](#)
- » [Birrifici in Borgo](#)
- » [Musei divini](#)
- » ["Dilecta Papia, civitas imperialis"](#)
- » [Cioccovillage](#)
- » [Birre Vive sotto la Torre Christmas Edition](#)
- » [Il buon cibo parla sano](#)
- » [Zuppa alla Pavese 2.0](#)
- » [Autunno Pavese: tante novità](#)
- » [18ª edizione Salami d'Autore](#)
- » [Sagra della cipolla bionda](#)
- » [Sagra della ciliegia](#)
- » [Pop al top - terza tappa](#)
- » [Birre Vive Sotto la Torre](#)