

Quelles pâtes choisir pour réaliser une salade ?



Avec l'été et la chaleur qui arrive, l'envie de déguster des plats frais pour se rafraîchir commence à se faire ressentir. La salade de pâtes est donc la recette toute indiquée pour un repas simple rapide et léger, mais attention, pour la réussir certains types de pâtes sont à éviter !

Quel type de pâtes choisir ?

Privilégiez les pâtes sèches aux pâtes creuses. Au niveau de la forme, choisissez des pâtes ni trop grosses, ni trop petites. Évitez par exemple les spaghettis ou linguine qui sont beaucoup trop longues, et les coquillettes qui sont beaucoup trop petites.

Au niveau de la composition, préférez des pâtes fabriquées à partir de semoule de blé dur. Ces dernières auront tendance à moins coller, et la réalisation de votre salade de pâtes sera d'autant plus facile et agréable.

Quelle cuisson privilégier ?

La cuisson des pâtes est également un élément clé pour réussir une salade de pâtes. Il est essentiel de cuire les pâtes al dente, c'est-à-dire légèrement fermes sous la dent.

Une cuisson de ce type permet aux pâtes de conserver une bonne texture et d'éviter qu'elles ne deviennent molles lorsqu'elles sont mélangées aux autres ingrédients et aux vinaigrettes.

