

SECONDI PIATTI

Polpettone di tonno

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **6 persone** DIFFICOLTÀ: **media** PREPARAZIONE: **30 min** COTTURA: **50 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

NOTE: + 30 MINUTI DI RIPOSO



INGREDIENTI

500 g di patate
300 g di tonno sott'olio
50 g di parmigiano grattugiato
2 cucchiai di pangrattato
1 uovo
sale
pepe.

PREPARAZIONE

- 1** In una pentola fate bollire le patate, schiacciatele con lo schiacciapatate e mettetele in una ciotola.



2 Aggiungete il tonno sgocciolato, il parmigiano, il pangrattato, l'uovo, il sale ed il pepe.



3 Mescolare bene il composto, quindi trasferite l'impasto sulla pellicola trasparente dando la forma di un cilindro.



4 Chiudete bene.



5 E riavvolgete il tutto in un panno.

Portate dell'acqua ad ebollizione in una pentola piuttosto lunga e quando bolle adagiatevi il polpettone e fate cuocere per circa 20 minuti.



6 Togliete il polpettone dall'acqua ed aspettate che raffreddi.



7 Togliete il panno e la pellicola.



8 Servite con dell' insalata.

