

SECONDI PIATTI

## Polpettone di tonno e olive

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [20 min](#)    COTTURA: [45 min](#)    COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

NOTE: + 3 ORE DI RIPOSO



### INGREDIENTI

240 g di tonno sott'olio in scatola  
1 uovo  
poco aglio granulare  
poco origano  
2 cucchiai di parmigiano grattugiato  
2 cucchiai di pangrattato  
circa 10 olive verdi farcite con peperoni rossi (vanno bene anche le olive non farcite).

### PREPARAZIONE

**1** In una ciotola mettete il tonno, l'aglio, l'origano, il parmigiano, il pangrattato e uovo.



- 2 Mescolare fino ad ottenere un impasto sodo ma morbido (se così non fosse potrete aggiungere un altro uovo per ammorbidire o dell'altro pangrattato per rassodare).



- 3 Disponete l'impasto sopra un foglio di carta stagnola e ricavate al centro un incavo.



4 Disponete nell'incavo le olive.



5 Chiudete il rotolo.



6 E arrotolate nella stagnola.





7 Mettete il rotolo ben chiuso a bollire in una pentola per circa 45 minuti.



8 Lasciate raffreddare e ponte in frigo per qualche ora.

Affettare e servite.

