

SECONDI PIATTI

Polpettone freddo di tonno e ricotta

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 15 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

2 scatolette di tonno da 160g

250 g di ricotta

100 g fagiolini

4 pomodorini

3 fette biscottate

1 carota

PREPARAZIONE



2 Tagliate a cubetti la corota e sbollentatela in acqua salata.



3 Sgocciolate il tonno, mettetelo in una ciotola e schiacciatelo con la forchetta.

Aggiungete la ricotta.



- 4 Passate la carota sotto l'acqua fredda, asciugate con carta assorbente e aggiungetela al tonno e ricotta insieme ai fagiolini tagliati a pezzetti.

Aggiustate di sale e pepe.



- 5 Mescolate delicatamente con una spatola per non rovinare i cubetti di verdure.

Passate al mixer le fette biscottate e spargetele su un pezzo di pellicola.



6 Arrotolate il composto sul trito di fette biscottate ed avvolgetelo con la pellicola.

Mettete a rassodare in frigorifero.



7 Impiattate accompagnato da verdure.



