

SECONDI PIATTI

Tonno briaco

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) COSTO: [medio](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Il tonno briaco (ubricao) è un piatto davvero semplice e gustoso. Tonno e vino il tutto cuocendo velocemente!

INGREDIENTI

TONNO a fette - 600 gr
VINO BIANCO 1 bicchiere
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
CIPOLLE 1
FARINA
PREZZEMOLO 1 ciuffo
SPICCHIO DI AGLIO 1
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 In un tegame di coccio o in una padella con l'olio, fate soffriggere l'aglio schiacciato e la cipolla e il prezzemolo già tritati. Aggiungete le fette di tonno salate e pepate e cuocetele da entrambe le parti.



2 Quando sono quasi cotte cospargetele di farina sciolta in poca acqua.



3 Irroratele, infine, con il vino.



4 Completate la cottura e servite.