

ANTIPASTI E SNACK

## Involtini di zucchine con tonno

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    PREPARAZIONE: 15 min    COTTURA: 15 min    COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



### INGREDIENTI

ZUCCHINE 4

TONNO SOTT'OLIO 320 gr

OLIVE NERE 2 cucchiaini da tavola

ALICI O ACCIUGHE SOTT'OLIO filetti - 3

BASILICO 1 mazzetto

PANNA 1 cucchiaino da tavola

VINO BIANCO SECCO 150 ml

CAPPERI 1 cucchiaino da tavola

Gli involtini di zucchine con tonno costituiscono un antipastino fresco, leggero e da preparare proprio in 5 minuti, giusto il tempo di grigliare le zucchine, frullare gli ingredienti della farcia e il gioco è fatto.

Decorate gli involtini come più preferite, noi abbiamo aggiunto delle olive nere ma ci stanno altrettanto bene dei pomodorini ciliegini tagliati a metà.

Altre sfiziose ricette con le zucchine? Eccole:

[zucchine ripiene](#)

[parmigiana di zucchine](#)

[torta salata di zucchine](#)

# PREPARAZIONE

- 1 Lavate le zucchine, spuntatele ed affettatele per il lungo ottenendo delle fette omogenee nello spessore. Se volete un risultato pressoché perfetto utilizzate una mandolina.



- 2 Scaldate molto bene una griglia in ghisa ed allineatevi le fette di zuccina per grigliarle alla perfezione sia da un lato che dall'altro.



**3** Nel frattempo riunite nel bicchiere di un frullatore ad immersione il tonno, le acciughe, le olive nere, il basilico e la panna e frullate il tutto fino ad ottenere una crema densa ed omogenea.





4 Una volta ben grigliate, togliete le fette di zuccina dalla griglia e mettetele da parte.





- 5 Distribuite un cucchiaino di farcia al tonno ad una estremità della fetta di zucchini ed iniziate ad arrotolarla prestando attenzione a non far fuoriuscire il ripieno.



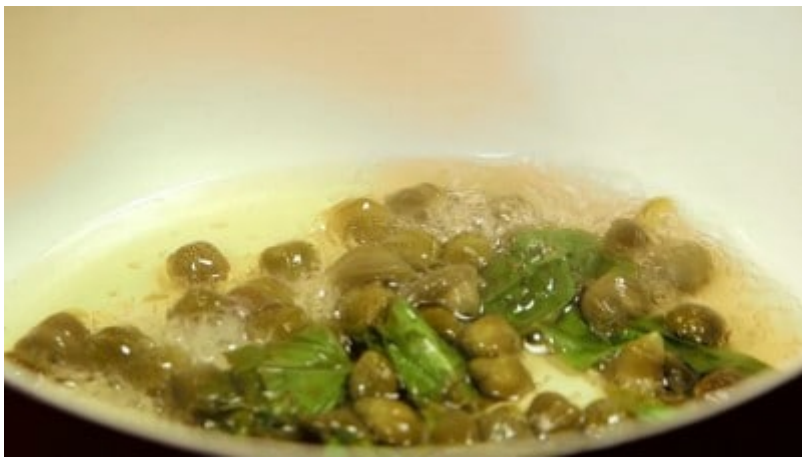
- 6 Fissate il tutto con uno stecchino e infilate mezza oliva inserendola dalla parte della punta dello stecchino.





**7** A questo punto realizzate la salsa: riunite in un pentolino un cucchiaio di capperi, qualche foglia di basilico ed il vino. Accendete il fuoco e portate il tutto a bollore.





- 8 Trasferite il composto in un bicchiere e frullate con un frullatore ad immersione fino ad ottenere una salsa mediamente densa.



- 9 Distribuite la salsa appena realizzata su ciascun rotolino e decorate a piacere con un capperi.



- 10 Servite i rotolini ben freddi in tavola, sono ottimi anche come elemento di un buffet freddo.

Provate anche la variante con robiola e crudo!