

Polpettone di tonno e patate

di: *Elena Terrile*

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 30 min COTTURA: 40 min COSTO: medio



Il polpettone di tonno e patate al forno è un [secondo piatto](#) facile e sfizioso, perfetto per cene semplici e con piatti efficaci che sanno prendere per la gola gli adulti tanto quanti i bambini. Infatti il sapore delle [patate](#) rende più più piacevole al palato il sapore del [tonno](#)

trasformandolo il tutto in una sorta di pasticcio saporito. Il polpettone di tonno e patate si può gustare caldo d'inverno ma anche freddo d'estate, immaginate di tagliarlo a fette, disporlo su un bel piatto da portata con in centro una ciotola con dello yogurt bianco o della maionese.

Vedrete che realizzare il polpettone di tonno e patate è davvero semplice e in men che non si dica avrete pronta la cena!

Le varianti al polpettone vi stuzzicano l'appetito?

Bene, ecco qualche altra ricetta che fa al caso vostro:

[Polpettone di carne;](#)

[Polpettone con le melanzane](#)

[Polpettone alla siciliana;](#)

[Polpettone con verdure e uova.](#)

INGREDIENTI

PATATE pulite - 500 gr

TONNO SOTT'OLIO 300 gr

PARMIGIANO REGGIANO

GRATTUGIATO 50 gr

SALE 3 gr

UOVO 1

PREZZEMOLO 3 gr

PREPARAZIONE

- 1 Lavare le patate e bollirle in acqua per circa 30/40 minuti. Schiacciare le patate con lo schiaccia patate e raccoglierle in una ciotola.



- 2 Unire il tonno già sgocciolato insieme al formaggio grattugiato e date una prima mescolata.



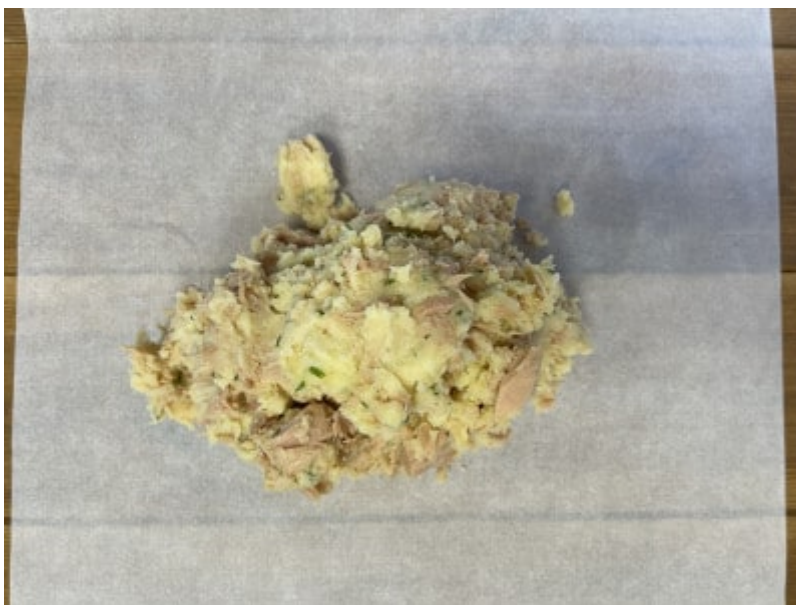
3 Unite anche il sale e il prezzemolo tritato molto finemente.



4 Infine l'uovo e mescolare con un cucchiaio per amalgamare gli ingredienti.



5 Trasferire il composto su un foglio di carta forno e dare la classica forma al polpettone.



- 6 Adagiare il polpettone di tonno e patate su una leccarda da forno e cuocere in forno statico a 180 gradi per 20 minuti. Rimuovere la carta forno al polpettone, ungere la superficie con poco olio extravergine d'oliva e terminare la cottura per altri 10 minuti.



CONSERVAZIONE

CONSIGLIO