SECONDI PIATTI

Pollo al tonno

LUOGO: Africa / Tunisia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 40 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

La ricetta del pollo al tonno che andiamo a darvi è decisamente sfiziosa, diventa un secondo perfetto se accompagnato anche da una semplice insalatina, ma anche un aperitivo sfizioso se tagliato a dadini! Il gusto è molto simile al vitel tonné ed è un piatto che piace molto sia a grandi che bambini. Provate questa versione facile e gustosa, decisamente perfetta per una sera d'estate perché è molto buono anche freddo! Una ricetta simile e altrettanto deliziosa? Involtini di pollo al pesto!

INGREDIENTI

PETTO DI POLLO di circa 400 g - 1

UOVA SODE 2

TONNO SOTT'OLIO scatoletta da 160g - 1

UOVA 1

PARMIGIANO REGGIANO 2 cucchiai da tavola

SALE

Preparazione

1 Prendete il petto di pollo e tagliatelo a fette che disporrete in un unico strato su di un foglio di carta alluminio, in modo tale che non vi siano spazi vuoti.

Prendete una ciotola di medie dimensioni e grattugiatevi dentro le uova sode.

2 Unitevi il tonno ben sgocciolato ed il parmigiano.

3 Aggiungete, inoltre, l'uovo crudo ed iniziate ad amalgamare gli ingredienti ottenendo un composto omogeneo che vi servirà per farcire il pollo.

4 Stendete uno strato di ripieno sul petto di pollo e aiutandovi con il foglio di alluminio arrotolate il tutto in modo tale che il ripieno rimanga ben chiuso all'interno della carne.

5 Infornate il tutto a 180°C per 40 minuti.