

SECONDI PIATTI

Tonno con peperoni fritti

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 20 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

250 g tonno in fette
2 peperoni di diverso colore
1/2 bicchierino aceto
olio d'oliva
1 spicchio aglio
1 cucchiaino zucchero
sale

PREPARAZIONE



2 Cuocete in una padella con olio d'oliva i peperoni tagliati a striscie grosse per 15 minuti.





3 Aggiungete 1 cucchiaino di sale ed 1 di zucchero.



4 Sfumate con l'aceto bianco ed aggiungete lo spicchio d'aglio tagliato a metà che poi toglierete.



5 Quando l'aglio inizia a cuocere spegnete il fuoco e versate i peperoni su un piatto.



6 Infarinate la fetta di tonno e cuocete in olio d'oliva ben caldo da entrambe le parti aggiustando di sale.



7 Quando è cotta servite il tonno con sopra i peperoni.

