

SECONDI PIATTI

Zucchine al tonno

di: S282

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

Zucchine
tonno in scatola
filetti di acciughe
capperi
olio
parmigiano grattato
1 uovo
peperoncino
sale.

PREPARAZIONE

1 Cuocere al vapore per pochissimo tempo le zucchine per ammorbidirle un po'.

Tagliarle nel senso della lunghezza e svuotarle. Tenere da parte la polpa.



2 Ripassare in padella con un po' d'olio e peperoncino la polpa estratta degli zucchini.



3 In un recipiente versare il tonno sgocciolato, un filetto di alici, i capperi, il parmigiano grattugiato e 1 uovo.



4 Mescolare bene e aggiungere la polpa delle zucchine. Con questo composto farcire le zucchine.

Infornare e gratinare.

