



Fiori di zuccina con tonno e capperi

Tempo: 60 min

Difficolta': 2

Prodotto: Tonno all'olio Extra Vergine di Oliva

Ingredienti per 4 persone

- 12 fiori di zuccina- 2 confezioni di Tonno RioMare all'Olio Extra Vergined'Oliva da 80 g- 30 g di capperi- 40 g di pecorino grattugiato- Una manciata di farina dimais fi oretto- Pepe nero appena macinato

Procedimento

Amalgamate il tonno utilizzando anche il suo olio extra vergined'oliva, i capperi sminuzzati e il pecorino grattugiato. Soffiate delicatamente all'interno dei fiori di zuccina così da aprirne i petali, privarli del pistillo, farciteli con il composto di tonno, quindi impanateli con la farina di mais fi oretto. Infornate i fiori, chiusi all'estremità con un lieve giro di petalo, spennellateli (o, ancora meglio, nebulizzateli) con olio extra vergine d'oliva e cuocete a 180° per circa 20 minuti con impostazione grill negli ultimi 2 minuti, quindi servite.



Le Ricette di Rio Mare

PER TUTTE LE OCCASIONI