



Focaccia integrale con fave e tonno

Tempo: 40 min

Difficolta': 2

Prodotto: Tonno Pescato a Canna

Ingredienti per 4 persone

- 300 g di farina integrale
200 g di farina 0-
270 ml circa di acqua-
1 cubetto di lievito di birra-
2 confezioni di Tonno RioMare all'Olio d'Olivada 125 g-
180 g di fave sbucciate-
6 cucchiaini di olio extravergine d'oliva-
Un ciuffo di salvia-
Un pizzico di sale

Procedimento

Riunite in una ciotola le due farine e mescolatele, stemperate il lievito in un poco di acqua tiepida e incorporatelo alla farina insieme al resto dell'acqua. Lavorate il tutto fino a ottenere un impasto omogeneo e lasciatelo lievitare al coperto in un luogo tiepido per un paio d'ore.

Una volta lievitato a sufficienza, stendete l'impasto su una teglia leggermente oliata e infornate a 200° per 15/20 minuti. Nel frattempo, sbollentate le fave per un paio di minuti. Una volta pronte, spennellate la focaccia con dell'olio extravergine d'oliva e un pizzico di sale, sbriciolate in superficie, grossolanamente, il tonno sgocciolato, qualche fogliola di salvia e le fave sbollentate, quindi servite.



Le Ricette di Rio Mare

PER TUTTE LE OCCASIONI