



Fusilli con tonno, peperoni e patate

Tempo: 30 min

Difficolta': 1

Prodotto: Tonno Pescato a Canna

Ingredienti per quattro persone

- 350g di fusilli o altra pasta corta
- 160 g di Tonno Rio mare all'olio di oliva
- ½ peperone rosso e ½ giallo
- 1 patata – qualche oliva denocciolata
- 1 porro
- 100g di pomodorini ciliegia
- 40 g di olio extra vergine di oliva
- un ciuffo di prezzemolo
- sale

Procedimento

1. Cuoci la pasta in abbondante acqua bollente salata. Taglia i peperoni in pezzetti e la patata sbucciata in piccoli cubetti, affetta il porro e taglia a meta' i pomodorini.
 2. Fai rosolare in una padella il porro con l'olio, unisci la patata, regola di sale, aggiungi i peperoni e i pomodorini e salta tutto in padella per 10 minuti circa. Insaporisci con il prezzemolo tritato finemente e le olive.
 3. Togli dal fuoco. Aggiungi la pasta scolata, qualche cucchiaio di acqua di cottura della pasta, il tonno sgocciolato. Amalgamate bene e servi ben caldo.
- Buona anche così'
Sostituisci le olive con un cucchiaio di capperi



Le Ricette di Rio Mare PER TUTTE LE OCCASIONI

Il consiglio dello Chef

I grandi chef hanno sempre dei piccoli trucchi per trasformare una semplice ricetta in un piccolo capolavoro di gusto. Quali? Controllare di avere a disposizione gli strumenti e gli ingredienti giusti e compiere tutti quei piccoli gesti che aiutano la creatività in cucina.

Scopri i segreti di Rio Mare!

Falde (peperoni)

Cuoci i peperoni interi in forno a 200 gradi per circa 40 minuti, togliili dalla teglia e mettili a raffreddare in sacchetti di carta: pelarli sarà molto più semplice! Poi non resta che dividerli in falde e condirli a piacere.

Patata

La patata si presta a diverse ricette. Per ognuna, cambia la preparazione. Se devi schiacciarle o condirle in insalata, falle lessare con la buccia immergendole in acqua fredda. Per friggerle e arrostarle, sbucciale e tienile in acqua fredda fino al momento della cottura.

Porro

Il porro si trova tutto l'anno, ma la stagione migliore per gustarlo è tra novembre e febbraio. Con la parte verde del porro si possono preparare sottili filamenti per legare involtini o altre preparazioni di cucina.