



Gallinelle di uova sode tonnite

Tempo: 25 min

Difficolta': 1

Prodotto: Tonno Pescato a Canna

Ingredienti per 4 persone:

- 1 confezione di Tonno Rio Mare all'olio di oliva da 160g
- 8 uova
- 2 cucchiari di yogurt denso
- 1 carota grossa
- 1 pomodoro piccolo
- 2 cuori di insalata romana o di lattuga

Procedimento

1. Metti le uova in una pentola colma d'acqua, porta a ebollizione e calcola 7 minuti di cottura dall'inizio del bollore. Quindi toglile dal fuoco e lasciale intiepidire.
2. Pela la carota e tagliala a rondelle, dividine a meta' 4 e, con la punta del coltello incidete il lato rotondo delle mezzе rondelle formando delle punte che ricordino un sole (saranno le creste delle gallinelle). Usando altre rondelle, tagliale a forma di triangolini per ricavare le code e i becchi.
3. Sminuzza la carota rimasta e il pomodoro, e taglia a striscioline l'insalata.
4. Sguscia le uova sode, dividile a meta', privale dei tuorli, mettili in una ciotola e amalgamali con il tonno sgocciolato e lo yogurt.
5. Farcisci le uova con il composto preparato, quindi ricomponile in modo che sembrino intere e inserisci nel punto di giuntura i becchi, le creste e le code.

Mise en place

Disponi l'insalata in un piatto in modo che sembri un prato, poi spargi carota e pomodori a pezzetti e adagia le gallinelle.



Le Ricette di Rio Mare PER TUTTE LE OCCASIONI

Il consiglio dello Chef

Come far divertire il bambino

Roselline di pomodoro:

2 pomodori medi, qualche foglia di sedano, 1 coltellino e un poco di pazienza.