



Iceberg di bucce di finocchio con tonno e ricotta

Tempo: 50 min

Difficolta': 2

Prodotto: Tonno Pescato a Canna

Ingredienti per quattro persone

- 4 finocchi
- 2 confezioni di Tonno Rio Mare all'olio d'oliva da 120g
- 120g di ricotta
- 30 g di parmigiano grattugiato
- 20 g di olio extra vergine di oliva
- 30 g di burro
- 30 g di farina
- 3 dl di latte
- pane grattugiato q.b.
- sale
- pepe

Procedimento

1. Staccate le cimette verdi dai finocchi e tritatele finemente, quindi staccate le parti piu' esterne dei finocchi tenendo da parte solo i cuori centrali, tagliate in piccoli cubetti le parti tolte e sbollentatele in acqua salata.
2. Sgocciolate i finocchi cotti e rosolateli in una padella antiaderente con l'olio e un pizzico di sale e pepe in modo che dorino leggermente e diventino teneri poi amalgamate il tonno con la ricotta in una terrina formando una crema a cui unirete le cimette verdi dei finocchi.
3. Sciogliete in un pentolino il burro, unite la farina girando con energia, insaporite con un pizzico di sale e pepe e versate il latte poco alla volta girando bene sul fuoco in modo da formare una besciamella cremosa. Levate dal fuoco appena giunge ad ebollizione.
4. Ungete e spolverizzare con il pane grattugiato una pirofila, adagiate meta' di finocchi cotti, il composto di tonno e ricotta, completate con un secondo strato di finocchi e coprite tutto con la besciamella a cui avrete incorporato il parmigiano grattugiato; spolverizzate con del pane grattugiato e fate cuocere in forno caldo a 220° in modo che in superficie si formi una crosta dorata.



Le Ricette di Rio Mare PER TUTTE LE OCCASIONI

Il consiglio dello Chef

Come far divertire il bambino

Procuratevi due lattine di tonno Rio Mare, di dimensioni diverse, ben lavate, uno spago colorato turchese o di altro colore che possa ricordare il mare, della colla trasparente resistente e delle conchiglie di forma a piacere; oppure disegnate e ritagliate dei pesciolini di carta. Rivestite l'esterno della lattina con lo spago incollandolo bene, quindi incollate le conchiglie o i pesciolini, lasciate asciugare e il vostro portaoggetti e' pronto.