



Insalata di pasta

Tempo: 30 min

Difficolta': 2

Prodotto: Tonno Pescato a Canna

Ingredienti per 4 persone

- 300 g di pasta corta tipo penne o fusilli
- 2 confezioni di tonno Rio Mare all'olio di oliva da 160g
- un pugno di olive taggiasche denocciolate
- un cuore di sedano
- 2 carote
- 1 limone non trattato
- un ciuffo di prezzemolo fresco
- 120 g di carciofini sott'olio ben sgocciolati
- 40g di olio extra vergine di oliva
- sale
- pepe nero

Procedimento

1. Portate ad ebollizione abbondante acqua, regolate di sale appena inizia a bollire, versate la pasta, portatela a cottura e scolatela ben al dente poi passatela sotto ad un getto di acqua fredda, insaporite con l'olio e regolate di pepe.
2. Mentre la pasta cuoce tagliate in piccoli pezzetti il sedano, pelate le carote, tagliatele in quattro e affettatele sottilmente, dividete in piccoli spicchi i carciofino, sminuzzate il prezzemolo e grattugiate la scorza di limone facendo attenzione a non prendere la parte bianca.
3. Dopo aver condito la pasta aggiungete il tonno ben sgocciolate e sminuzzato, unite le olive e tutte le verdure preparate compreso il prezzemolo, girate con cura, cospargete con la scorza di limone e servite.
4. Se amate i sapori intensi potete aggiungere anche delle scaglie di pecorino a questa gustosa insalata di pasta.



Le Ricette di Rio Mare

PER TUTTE LE OCCASIONI