



Insalata nizzarda

Tempo: 40 min

Difficolta': 1

Prodotto: Tonno Pescato a Canna

Ingredienti per 4 persone

- 2 confezioni di tonno Rio Mare all'olio di oliva da 160 g
- 400 g di pomodori ciliegino o altri pomodori a piacere
- 2 uova
- 300g di fagiolini verdi
- un pugno di olive nere denocciolate
- 2 patate di media grandezza
- qualche foglia di basilico
- 40 g di olio extra vergine di oliva
- sale

Procedimento

1. Lessate le patate in acqua bollente per 20 minuti, i fagiolini per 15 minuti e le uova per 9 minuti in modo da rassodarle bene.
2. Tagliate in spicchi i pomodori e metteteli in una terrina, unite i fagiolini lessati e tagliati a meta', le patate cotte ben pelate e affettate, le olive e il tonno ben sgocciolato.
3. Condite con olio extra vergine, un poco di sale, insaporite con le foglie di basilico spezzate a mano, girate con cura poi completate con le uova sode sgusciate e tagliate in spicchi.



Le Ricette di Rio Mare

PER TUTTE LE OCCASIONI