



### Insalata pantesca con tonno

Tempo: 20 min      Difficolta': 1      Prodotto: Filetti di Tonno Sott'Olio Extravergine

#### Ingredienti per quattro persone

- 2 confezioni di Filetti di Tonno Rio Mare all'Olio Extravergine d'Oliva in vetro da 180g

- 30 g di capperi di Pantelleria

- 2 patate  
- olive nere  
- 200 g di pomodori misti

- 1 cipolla rossa

- 40 g di coste di sedano  
- un mazzetto di origano fresco  
- qualche fogliolina di menta  
- 20 g di basilico

- sale marino - pepe nero - olio extra vergine d'oliva - aceto

#### Procedimento

- Dissalare i capperi, sminuzzarli e metterli in una ciotola con un paio di cucchiaini d'olio. Mondare e tagliare le coste di sedano a dadini (brunoise). Affettare la cipolla e metterla per 15 minuti in acqua, sale e aceto.- Lessare le patate in acqua salata e, una volta cotta, farle raffreddare, sbuciarle e tagliarle a cubetti. Frullare il basilico con l'olio extra vergine d'oliva e un cucchiaino di sale, fino a ottenere un'emulsione cremosa, con cui condire le patate (tenere da parte un po' di emulsione per decorare). Tritare menta e origano, affettare i pomodori, denocciolare le olive e unire tutto ai capperi. Dividere in scaglie i filetti di tonno *Mise en place*



## Le Ricette di Rio Mare PER TUTTE LE OCCASIONI

### Il consiglio dello Chef

Quando si mangia la cipolla cruda, per evitare i problemi di digeribilità o di sapore troppo invadente, è buona norma lasciarla per qualche minuto in acqua, sale e aceto, prima di consumarla. Questo passaggio si può saltare se si hanno a disposizione varietà di dolci, come la cipolla rossa di Tropea o quella di Cannara.