



Insalata di patate viola con tonno e cipolla di tropea

Tempo: 60 min

Difficolta': 2

Prodotto: Tonno Pescato a Canna

Ingredienti per 4 persone

- 500 g di patate viola- 2 confezioni di Tonno RioMare all'Olio d'Oлива da 80 g- 1 cipolla di Tropea- Qualche cucchiaino di salsaallo yogurt- Un ciuffo di prezzemolofresco- 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva- Un pizzico di sale

Per la salsa allo yogurt:

- 200 g di yogurt greco 0 %di grassi- 1 cipolla bianca piccola- 1 cucchiaino di senape- 1 cucchiaino di aceto di vino- 2 cucchiaini di olio extra vergine d'oliva

Procedimento

Cominciate preparando la salsa allo yogurt: tritate la cipollae incorporatela nello yogurt, unite la senape, l'aceto e l'olioextra vergine d'oliva. Procedete montando il tutto con unaforchetta o una frusta da pasticceria fi no a ottenere unasalsa omogenea, quindi fatela riposare in frigorifero.

Lessate le patate senza togliere la buccia in acqua leggermentesalata.Una volta cotte, sciacquatele sotto l'acqua fredda per raffreddarlee tagliatele a pezzetti.In una ciotola, unite le patate, le cipolle di Tropea e il prezzemolotritati fi nemente, il tonno sgocciolato e spezzettato.Condite l'insalata con la salsa allo yogurt, un paio di cucchiainid'olio extra vergine d'oliva e guarnite con qualche fogliadi prezzemolo fresco, quindi servite.



Le Ricette di Rio Mare

PER TUTTE LE OCCASIONI