



## Insalata con radicchio rosso, tonno e senape in grani

Tempo: 15 min

Difficolta': 1

Prodotto: Tonno Pescato a Canna

---

### Ingredienti per quattro persone

- 2 confezioni di Tonno Rio Mare all'olio di oliva da 160g
- 3 teste di radicchio rosso trevigiano
- 1 piccolo porro
- 1 mela Granny Smith
- 2 cucchiari di senape rustica con i grani
- olio extra vergine di oliva
- sale

### Procedimento

1. Stempera la senape con un po' di olio e sale, taglia a pezzi abbastanza larghi le punte di radicchio e affetta i cuori.
2. Elimina i primi due strati del porro, affettalo sottilmente, mettilo a bagno in acqua perche' il gusto diventi piu' delicato, affetta sottilmente la mela.
3. Condisci il radicchio con la senape, disponilo nei piatti, unisci il tonno sgocciolato, la mela, il porro e servi subito.



## Le Ricette di Rio Mare PER TUTTE LE OCCASIONI

### Il consiglio dello Chef

I grandi chef hanno sempre dei piccoli trucchi per trasformare una semplice ricetta in un piccolo capolavoro di gusto. Quali? Controllare di avere a disposizione gli strumenti e gli ingredienti giusti e compiere tutti quei piccoli gesti che aiutano la creatività in cucina.

Scopri i segreti di Rio Mare!

### Radicchio

La radice del Radicchio Tardivo non va rimossa completamente. Ridotta, pulita e preparata a crudo, conferisce un gradevole retrogusto di nocciola ai piatti.

### Senape

La senape è un ingrediente base della vinaigrette, che si prepara con olio, aceto, sale, pepe, succo di limone e, appunto, senape.

### Stemperare

Per evitare grumi, non versare la farina di colpo, ma filtrala un po' per volta attraverso un colino.

### Porro

Il porro si trova tutto l'anno, ma la stagione migliore per gustarlo è tra novembre e febbraio. Con la parte verde del porro si possono preparare sottili filamenti per legare involtini o altre preparazioni di cucina.