



Insalata con tonno, finocchi e avocado

Tempo: 30 min

Difficolta': 1

Prodotto: Tonno Pescato a Canna

Ingredienti per quattro persone

- 2 confezioni da 160g di Rio Mare Naturale
- 1 finocchio
- 100g di songino
- 1 avocado
- 2 carote -
- 40g di olio extra vergine di oliva
- 1 cucchiaio di succo di limone
- sale
- pepe

Procedimento

1. Pela le carote e tagliale in fettine molto sottili, monda il finocchio e affettalo sottilmente, sbuccia l'avocado, elimina il nocciolo e taglialo a pezzi non troppo piccoli
2. Riunisci le verdure e l'avocado in un piatto e condisci con l'olio, il succo di limone, sale e pepe.
3. Aggiungi il tonno sgocciolato e diviso in pezzi, adagia tutto sul songino 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!

Songino

Prova una deliziosa combinazione primaverile: insalata di songino, fragole (o ribes), scaglie di grana, aceto balsamico, olio e sale. E' perfetta da gustare con i filetti di salmone al naturale.