



## Involtini con avocado, tonno e arancia

Tempo: 30 min

Difficolta': 2

Prodotto: Pate' di Tonno

---

### Ingredienti per quattro persone

- Una piadina o tortilla grande arrotolabile
- Pate' di Tonno Rio Mare in tubo
- ½ avocado - una manciata di germogli
- ½ arancia

### Procedimento

1. Sbuccia e affetta sottilmente l'arancia e taglia a fettine l'avocado. Adagia sulla piadina le fettine di arancia, i germogli e le fette di avocado.
2. Spremete su tutto il pate' di tonno con generosita' e arrotola strettamente la piadina formando un grande involtino. Taglia il rotolo a meta' e gustalo.

Mise en Place:

Una fresca bevanda allo zenzero.



## 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!

### Germogli di soia

Dopo aver sciacquato i germogli di soia, saltali in padella oppure consumali crudi con sale, limone e un filo d'olio d'oliva.

### Avocado

L'avocado una volta pelato e tagliato tende ad annerire: ricorda sempre di passarlo con del succo di limone o, meglio ancora, di lime.