



## Pita con tonno e peperoni grigliati

Tempo: 30 min

Difficolta': 2

Prodotto: Pate' di Tonno

---

### Ingredienti per quattro persone

- Un panino di pane pita
- pate' di Tonno Rio Mare in tubo
- un peperone giallo cotto alla griglia
- qualche pomodoro datterino
- alcune foglie di rucola
- olio extra vergine di oliva
- sale

### Procedimento

1. Taglia in quattro spicchi i pomodori e condiscili con olio e sale. Leva la pellicola esterna al peperone, taglialo in strisce, spremici sopra il pate' con generosita' e arrotola le strisce in modo da ottenere degli involtini.
2. Taglia a meta' il pane e riempilo con gli involtini al tonno, i pomodori conditi e le foglie di rucola.
3. Servi e gusta 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!

### Falde (peperoni)

Cuoci i peperoni interi in forno a 200 gradi per circa 40 minuti, togliili dalla teglia e mettili a raffreddare in sacchetti di carta: pelarli sarà molto più semplice! Poi non resta che dividerli in falde e condirli a piacere.

### Pane pita

Per mantenere morbida la pita è importante avvolgerla, appena sfornata, in un sacchetto di carta e uno di plastica per almeno mezz'ora, in modo da mantenere l'umidità.

### Peperone

Crudo o cotto, prepara il peperone eliminando accuratamente il picciolo, i semi e la costa bianca interna.

### Rucola

La rucola si consuma sia cruda che cotta. Può essere aggiunta a insalate e salse, oppure utilizzata invece del basilico per preparare, con pinoli e pecorino, un "pesto" dal gusto deciso e piccante.