



Rio Mare Leggero con misticanza e pesto di lattuga

Tempo: 15 min

Difficolta': 1

Prodotto: Tonno Leggero

Ingredienti per quattro persone

- 210 g di Rio Mare Leggero all'olio di oliva
- 1 francesino
- 100g di misticanza
- 100g di foglie di lattuga private della costa centrale
- 1 pomodoro ramato piccolo
- qualche filo di erba cipollina
- ½ cucchiaino scarso di sale
- 1 cucchiaio di aceto balsamico
- 50g di olio extra vergine di oliva
- semi di papavero

Procedimento

1. Taglia il pane a fettine molto sottili e tostale in forno caldo.
2. Prepara il pesto frullando insieme la lattuga, l'erba cipollina, il sale, il pomodoro pelato, l'olio e l'aceto balsamico.
3. Adagia le fette di pane sul fondo di 4 piatti, disponi sulle fette la misticanza e il tonno sgocciolato, sfogliandolo in piccoli pezzi. Condisci tutto con il pesto di lattuga.
4. Completa il piatto con una spolverata di semi di papavero.



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!

Papavero

I semi di papavero sono un gustoso complemento dei prodotti da forno, e regalano un tocco insolito alle insalate; tostati leggermente danno il meglio del loro sapore.

Aceto balsamico

Qualche goccia di prezioso aceto balsamico aggiunto al tonno o al salmone al naturale, ne esalta il sapore rendendoli particolarmente appetitosi.

Pesto

Puoi sostituire i pinoli con lo stesso quantitativo di anacardi.