



Tonno con patate e spinaci croccanti

Tempo: 15 min

Difficolta': 1

Prodotto: Tonno all'Olio d'Oliva

Ingredienti per quattro persone

- 2 confezioni di Trancio di Tonno al naturale Rio Mare da 160g
- 500g di spinaci freschi
- 3 patate abbastanza piccole
- olio di semi di arachide per friggere
- 1 spicchio di aglio
- 20 g di olio extra vergine di oliva
- sale

Procedimento

1. Lavate le patate, tagliatele a fette sottili senza sbucciarle e tenetele in acqua tiepida per 10 minuti; lavate gli spinaci, tenete da parte le foglioline piu' piccole e fate cuocere le altre in una padella con l'olio e l'aglio rosolati, un poco di sale e un filo di acqua.
2. Friggete in abbondante olio bollente le patate ben sgocciate e le foglioline di spinacio tenute da parte, scolatele bene , passatele su di una carta assorbente e salatele.
3. Disponete nei piatti gli spinaci rosolati in padella, adagiatevi sopra il tonno diviso in scaglie, le patate e gli spinaci fritti. Gustate immediatamente.



Le Ricette di Rio Mare

PER TUTTE LE OCCASIONI