

Tagliata di tonno *(Secondi a base di pesce)*



Preparazione

Con un coltello apposito per tagliare carni e pesce (io preferisco uno yanagiba) porzionate il vostro trancio di tonno e cospargetelo di sale integrale.

Tagliate i pomodorini in quarti e fate un pestino di basilico, olive e capperi.

In una padella scaldate molto un dito e mezzo d'olio e tuffateci dentro i pezzi di tonno. Dovrete tenerli circa 30 secondi per lato a fuoco altissimo in modo che si scottino fuori e dentro rimangano crudi.

Una volta abbrustolito per bene, togliete dalla padella i pezzi di tonno e lascia teli riposare su della carta casa.

Nel frattempo nell'olio rimasto, che avrà preso tutti i succhi del tonno, versate i pomodorini e il pestino di capperi e olive, fate saltare bene e spruzzate con un goccio di vino.

Salate e zuccherate quanto basta e spegnete il fuoco quando vedrete che comincerà a prendere una consistenza sugosa.

Tagliate il tonno a fettine non troppo sottili, e disponetelo a ventaglio su un piatto lungo e stretto.

Servite sporcando la tagliata con il sugo di pomodorini appena fatto.

Consigli

Per rendere ancor più gustosa ed esclusiva la vostra preziosa tagliata di tonno, vi suggeriamo di condirla con aceto balsamico e un leggero succo di limone o arancia.

Curiosità

Il tonno è un pesce tipico del Mediterraneo e si contraddistingue per una caratteristica: quale? È l'unico ad avere il sangue caldo.

Informazioni

Preparazione 15 minuti

Dosi per 4 persone

Difficoltà Facile

la terra di Puglia



ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP

Autentici prodotti di Puglia solo su
shop.laterradipuglia.it

Sconto del 10%

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

Ingredienti

Tonno (filetto di tonno freschissimo (possibilmente un trancio molto spesso))

Sale integrale

Olio extra vergine di oliva

Capperi sotto sale

Olive taggiasche

Pomodori (pomodorini ciliegini)

Basilico

Vino bianco

Zucchero