

Polpettone di Tonno

Categoria : LA FRITTATA

Pubblicato da [Lino Perrella](#) in 11/10/2009

Ingredienti: 400 gr di tonno sott'olio, due uova, sale, olio d'oliva, prezzemolo, quattro cucchiaini colmi di formaggio grana grattugiato, quattro cucchiaini rasi di pangrattato, scorza di limone grattugiata.



Sbattere le uova, unirvi il tonno e aggiungere un poco di prezzemolo, formaggio, pangrattato e limone.

Mescolare il tutto e preparare così un polpettone. prendere intanto un foglio di carta oleata, ungerlo con l'olio e disporvi il polpettone. legarlo con rete da cucina.

Intanto far bollire in una pentola abbondante acqua, quindi immergervi il polpettone e lasciare cuocere per 20 minuti circa.

Scolarlo togliere la carta e passarlo nel frigorifero per una nottata. quando il polpettone sarà freddo tagliarlo a fette e condirlo con olio e succo di limone, oppure con una salsina preparata con olio, prezzemolo, 2-3 spicchi di aglio, un'alice, capperi e mezzo succo di limone; il tutto ben tritato.