

Tournedos di tonno con chips e salsa agrumata allo yogurt

Nel nuovo magnifico numero di Taste&More troverete tante fantastiche proposte tra cui le gustosissime *ricette da bistrot*, oggi vi propongo la mia ricetta, un delizioso tournedos di tonno lardellato accompagnato con chips di zucca patate e topinambur e una salsa allo yogurt.

Se non lo avete ancora sfogliato il magazine cliccate sulla copertina alla fine del post.



**TOURNEDOS DI TONNO
CON CHIPS E SALSA AGRUMATA ALLO YOGURT**

2 filetti di tonno alti 3 cm
4 fette di pancetta sottile
semi di sesamo Melandri Gaudenzio

semi di lino Melandri Gaudenzio
1 spicchio di aglio
olio extravergine d'oliva
sale

Per la salsa

100 g di yogurt
1 cucchiaino di senape
1 cucchiaino di miele
1 cucchiaino di olio extravergine d'oliva
scorza d'arancia
prezzemolo
pepe

Per le chips

2 patate
1 fetta di zucca
2/3 radici di topinambur
olio extravergine d'oliva
sale

[Clicca sulla foto per la ricetta](#)





PEPERONCINI RIPIENI

Quando il sole inizia a scaldare la pelle e la primavera stà arrivando a me piace comprare tante bustine di semi e creare il mio piccolo orto in vaso. Naturalmente non mancano mai le erbe aromatiche ma quest'anno ho trovato anche i semi per i peperoncini piccanti da far ripieni e non ho potuto fare a meno di comprarli. Ricordo di averli preparati diversi anni fa quando la mia amica Angela me ne regalò parecchi, e ricordo che erano buonissimi. Ma si sa, io non ho il pollice verde e così li ho piantati a casa della mamma che li ha visti crescere in modo esponenziale e ha fortunatamente pensato di travasare le piantine nate in vasi molto più grandi.. per non dire enormi. Ebbene sono nati una valanga di peperoncini e non ho potuto far altro che preparare tanti bei vasetti.



**PEPERONCINI RIPIENI
per 4 vasetti**

550 g di peperoncini (peso al netto)
350 g di tonno sott'olio (peso scolato dall'olio)
30 g di olive verdi denocciolate
70 g di cipolline sott'aceto

5-6 foglie di basilico
timo fresco
300 g di aceto di vino bianco
olio di semi



Lavate i peperoncini, tagliate la calotta ed eliminate i semi, lavateli bene. Fate bollire l'aceto con altrettanta acqua e

cuocete i peperoncini per 2-3 minuti. Scolateli e lasciateli asciugare. Scolate molto bene il tonno dall'olio, frullatelo e dividetelo a metà in due ciotole.

Tritate finemente le cipolline e le olive separatamente. Aggiungete le olive alla prima metà assieme alle foglie di timo a piacere. Nella seconda metà mettete le cipolline e delle foglie di basilico tritate finemente.

Riepite i peperoncini con i ripieni preparati e metteteli nei vasi il più fitti possibile ma senza schiacciarli troppo. Riempite i vasi con l'olio e lasciate riposare un'ora, se fosse necessario rabboccate con l'olio. Chiudete i vasi e metteteli in una pentola capiente, riempite di acqua e cuocete 20 minuti da quando inizia a bollire* lasciate raffreddare i vasi dentro l'acqua.

*L'olio raffreddandosi diventerà un pochino tobido ma bollire i vasi serve a garantire una migliore sterilizzazione.







Taste&More magazine n°9

Decisamente una settimana emozionante, gli appuntamenti fissi che si incontrano con quelli meravigliosamente imprevedibili!! Dopo la sorpresa della vittoria all'MTC, dalla quale mi devo ancora riprendere, sono qui per presentarvi il nuovo numero di Taste&More, un magnifico numero estivo nel quale troverete freschezza e originalità. Tante idee per trascorrere con noi questa splendida calda stagione!!

A chiudere la rivista il mio "menù tra terra e mare". *Sapori e colori d'estate si mixano in*

un menù fresco e veloce ideale per questa stagione. Il profumo del

mare ci ricorda le vacanze, la voglia di cucinare diminuisce e si va

alla ricerca di ricette che soddisfino il palato senza essere impegnative. Questo menù vi propone piatti leggeri e sfiziosi, facili da realizzare per fare colpo sui vostri ospiti senza passare

l'intera giornata in cucina.

Ringrazio come sempre tutti quelli che hanno collaborato alla riuscita della rivista, il mio insostituibile fidanzato che in ogni volta con tanta pazienza trasforma le nostre ricette in una rivista meravigliosa!!!

eee... attenzione, tenete gli occhi aperti!!!

Taste & More

magazine

www.tastemoremagazine.it



giugno - luglio 2014 N°9



Cliccando sulle foto andrete direttamente alla ricetta



Involtini di trota affumicata alla bufala (con mela verde e

pinoli)



ombaticodivenere.blogspot.it



Orzo arcobaleno allo zafferano (con seppie e salmone)



ombelicodivenere.blogspot.it



Tonno in verde (rucola, zucchine crude, grana e salsa al basilico)



ombelicodivenere.blogspot.it



Mousse light con purea di pesche al sambuco

FRITTATA RUSTICA ALLA BIRRA E RICOTTA

Mentre torno dal lavoro tante volte penso a cosa cucinare per cena perchè nonostante tutti pensino che sia sempre piena di idee a volte il vuoto totale regna nella mia mente e la voglia di fermarsi al supermercato è pari a zero, allora bisogna dar fondo alla dispensa.. patate, uova e tonno direi che non mancano mai nella mia, anche perchè se ci avete fatto caso un tonno in offerta da comprare c'è sempre, un piccolo salvacena/pranzo. E io che faccio!?! ovvio... frittata!!

Ho sfumato le verdure con una birra artigianale al sale di Cervia, la Salinae che secondo me si sposava bene coi tutti gli altri sapori.

Questa birra ha un sapore ovviamente un pò diverso dalla classica bionda, già dal profumo si intuisce la sua

caratteristica, io non sono una grande intenditrice ma il profumo e il sapore floreale ed erbaceo lo percepisco e al contrario di quello che si potrebbe pensare non è propriamente salata ma appena sapida, a mio parere è perfetta per l'aperitivo e accompagnata a piatti semplici e poco "robusti" come questa frittata.



ombelicodivenere.blogspot.it

FRITTATA RUSTICA ALLA BIRRA E RICOTTA

per 4 persone

600 gr di patate

1 cipolla bianca

100 gr di tonno all'olio d'oliva sgocciolato

200 gr di ricotta

5 uova

1/2 bicchiere di birra al sale di Cervia
erbe miste (rosmarino, salvia, maggiorana, timo limone)
olio extravergine d'oliva
3 cucchiaini di pan grattato
sale, pepe

Sbucciate le patate, lavatele, tamponatele con della carta assorbente e tagliatele a rondelle di un paio di millimetri, mettetele a cuocere in una larga padella per 6-7 minuti, nel frattempo tagliate grossolanamente anche la cipolla a fette spesse, sbattete le uova con poco sale e abbondante pepe e "sbricciolatevi" dentro la ricotta. Aggiungete le cipolle alle patate, lasciate rosolare pochi minuti e sfumate con la birra, quando sarà sfumata unite il tonno sbricciolato e le erbe tritate, versate sopra il composto di uova e ricotta, con un cucchiaino di legno staccate continuamente la frittata dai bordi e praticate dei "tagli" nel mezzo in modo da far andare sotto il liquido della frittata, in questo modo si cuocerà meglio e al momento di rovesciarla la parte sopra sarà già piuttosto cotta. Spargete il pangrattato sulla frittata, appoggiatevi sopra un piatto della sua grandezza e girate velocemente la padella, tenendo fermo il paitto con la mano, fate scivolare la frittata nuovamente nella padella e cuocete pochi minuti.



ombelicodivenere.blogspot.it



con questa ricetta partecipo al contest di Simona



SPAGHETTI RICCHI AL TONNO

Durante una delle scorribande lungo il fiume a caccia di “ingredienti” selvatici mi sono imbattuta in alcuni rametti di finocchietto selvatico e ho deciso di raccogliarlo e di farlo finire in un bel piatto di spaghetti.. il mix di sapori profumi che questo piatto emanava mi hanno piacevolmente colpita.. e ora non sono più semplicemente spaghetti al tonno!!



SPAGHETTI RICCHI AL TONNO

per 2 persone

180 gr di spaghetti

100 gr di filetti di tonno rosa

10 olive verdi snocciolate

2 fette di pan carrè

una manciata di pinoli

1 limone

finocchietto selvatico

sale, pepe, olio extravergine d'oliva

Mettete a bollire dell'acqua salata.

Fate tostare le fette di pan carrè poi frullatele assieme alla

metà delle olive e dei pinoli. Tagliate a rondelle fini le restanti olive. Cuocete gli spaghetti, condite con il tonno sminuzzato, il composto di pane, le olive a rondelle e i pinoli rimasti, la buccia di limone grattugiata e il finocchietto sminuzzato, pepate a piacere e se necessario condite con dell'olio extravergine d'oliva.