

Ricetta a cura di Franco De Luca

Polpettone di tonno in salsa di pesto genovese



Nella foto uno spicchio del pregiato aglio rosso di Sulmona (AQ)

Preparare un trito di aglio e prezzemolo



Fase1

Sgocciolare il tonno e con una forchetta sminuzzarlo in piccoli pezzi



Fase 2

In una ciotola versare dell'acqua e lasciare il pane in ammollo per circa 20 min.
in modo che lo stesso si ammorbidisca bene



Fase 3

In un'altra ciotola mettere il tonno, quindi aggiungere il trito di aglio e prezzemolo, il parmigiano , il sale, il pepe e le uova



Fase 4

Nella stessa ciotola, dopo averlo strizzato con energia, aggiungere il pane ammollato



Fase 5

Impastare il tutto finchè il composto si amalgama



Fase 6

Disporre il polpettone in un foglio di carta da forno, dandogli una forma preferibilmente allungata. Avvolgerlo nella carta stessa



Fase 7

Cuocere al forno a 190 gradi per circa 40-50 minuti

Fase 8



Tagliare il polpettone a fette, quindi disporre le stesse in un piatto. Aggiungere il pesto. Servire preferibilmente caldo.



Fase 9

Ingredienti per 8 persone del polpettone di tonno in salsa di pesto genovese

- **2 confezioni grandi di tonno sott'olio (in totale 320 gr)**
- **200 gr di pane raffermo**
- **2 uova**
- **3 cucchiaini di parmigiano grattugiato**
- **1 mazzetto di prezzemolo**
- **1 spicchio di aglio**
- **Sale e pepe q.b.**
- **1 vasetto di pesto genovese**