

LE RICETTE DI MAMMA MARIOLINA

Antipasto di tonno e fagioli

Un buonissimo antipasto, ma... ..Se volete..... fatelo diventare
....un secondo fresco....!!!!



Difficoltà
facile



Quantità
4 persone



Tempo
30 minuti

Ingredienti

- Fagioli - 300 g
- tonno - 160 g
- cipolla - 1
- carciofi - 4
- sedano - 1 tenero
- olio - q.b.
- sale - q.b.
- aceto - 4 cucchiari
- zucchero - 1 cucchiaino

Preparazione

Potete usare sia i fagioli secchi sia quelli in barattolo. Se vi piacciono, usate i cannellini o quelli bianchi grandi. Quelli secchi, metteteli a bagno per 12 ore. Fateli cuocere semplicemente con acqua. Scolateli e mettete da parte. In un tegame mettete un filo d'olio e vi aggiungete la cipolla tagliata a rondelle. La fate rosolare con l'aceto e lo zucchero. Dopo pochi minuti, aggiungete i fagioli e li fate amalgamare con la cipolla. Versate il tutto in una terrina. Scolate il tonno dall'olio di conservazione e lo aggiungete. Pulite i carciofi, versateli in una ciotola con acqua e limone. Tagliateli a fettine sottilissime e li aggiungete nella terrina. Pulite il cuore del sedano e lo fate a piccoli pezzetti. Aggiungete anch'esso nella terrina. Condite il tutto con un po' di sale, olio e un cucchiaino di aceto. Aggiungete anche un cucchiaino di limone. Guarnite con qualche filetto di carota e fate riposare. Appena i sapori si sono amalgamati, portate in tavola.

