

Tonno in crosta di pistacchi



ingredienti

2 fette di filetto di tonno fresco (alte 1,5-2 cm)
100 g di pistacchi di Bronte
2 cucchiaini di prezzemolo tritato
un cucchiaino di senape
uno spicchio d'aglio
4 cucchiaini olio extravergine d'oliva
sale, pepe

PREPARAZIONE

10 min

COTTURA

15 min

TEMPO TOTALE

25 min

2 persone

procedimento

Nel tritatutto, radunare i pistacchi, il prezzemolo, la senape e l'aglio, quindi frullare, avendo cura di fare pause frequenti per non surriscaldare i pistacchi; unire quindi l'olio, sale e pepe, e frullare ancora, fino ad ottenere una sorta di pesto granuloso.

Foderare una teglia con carta da forno, quindi rivestire i filetti con il composto di pistacchi preparato, premendo leggermente con il dorso di un cucchiaino per compattarlo.

Cuocere in forno elettrico ventilato preriscaldato a 200°C per circa 10-15 minuti. Sfumare il tonno in crosta di pistacchi e servire subito.