



Tonno sott'olio preparato in casa! - [Visualizza sul sito](#)
di silvia

Il tonno sott'olio piace quasi a tutti.

Si presta ad essere consumato, oltre che, senza tanti "fronzoli", così com'è, in moltissime preparazioni e il suo costo non è eccessivo...

Ma il rapporto "quantità - prezzo" non è proprio in "linea"

Il tonno sott'olio può essere preparato anche in casa (...anche se il sapore non è proprio lo stesso, all'inizio può non essere gradito, ma è solo questione di "familiarizzare" con questo gusto più deciso, e vi assicuro che è una bontà!).

Non è ancora la stagione di abbondanza, anche se il tonno fresco lo si trova quasi sempre, ma si possono usare, in alternativa, bonitti e palamite..

Ricordiamoci solo che, per la prima volta, conviene usare un pesce piccolo, al massimo di 2 Kg, per imparare ad apprezzare il gusto "diverso" senza sprechi.

Qui a "u Portiu" lo facciamo così:

TONNO SOTT'OLIO

Ingredienti:

tonno freschissimo, o in sostituzione (anche se il sapore è un po' diverso) palamita o bonitto,
70 gr. di sale per ogni litro d'acqua,
alloro, sedano, salvia, timo, prezzemolo, carota, aglio (tutto racchiuso in una garza ben legata).

Procedimento:

Lavare il pesce, squamarlo o grattarlo se è il caso, sviscerarlo (non serve togliere altro, lo si farà meglio dopo).

Tagliarlo a pezzettini e lavare ancora bene.

Metterlo in un pentola grande con l'acqua e il sale necessari alla bollitura, che durerà per tre ore.

Scolarlo e distendere i pezzettoni su di un canovaccio, distanziati.

Togliere il sacchetto di sapori, e i pezzetti "neri".