



Tonno fresco a tranci in fricassea



Ingredienti per 4 persone

| | |
|------|--|
| n° 4 | Tranci di tonno da 150 g ciascuno |
| n° 1 | Cipolla bianca (piccola) |
| n° 2 | Uova |
| 30 g | Farina bianca |
| n° 1 | Ciuffo di prezzemolo |
| n° 2 | Cucchiaini di Ketchup |
| n° 1 | Cucchiaino di Olio Extravergine di Oliva |
| q.b. | Sale e pepe |

Preparazione

1. Infarinare i tranci di tonno e farli rosolare in una padella con 1 cucchiaino di olio extravergine di oliva.
2. In una ciotola unire le uova e il prezzemolo tritato, il sale, il pepe e sbattete con una forchetta.
3. Tagliare la cipolla a rondelle sottili e farla imbiondire in una padella antiaderente.
4. Aggiungere il composto di uovo, farla addensare e aggiungere il Ketchup mescolando delicatamente.
5. Servire i tranci di tonno irrorandoli con la salsa e una macinata di pepe.