
TORTINO DI COUSCOUS E TONNO CON MENTA, TIMO E BOTTARGA

Autore: Maurizio Artusi

Nessuna descrizione

Altre immagini:

Per il couscous:

couscous precotto
acqua
cannella in polvere
zenzero in polvere o grattugiato
curcuma

peperoncino
olio evo
sale

Per il tonno:

tonno fresco
aglio rosso
menta fresca
timo fresco
peperoncino
olio evo
sale

bottarga grattugiata di muggine o tonno

Tags:

- [Addendum](#)
- [Pizzeria Kalinikta](#)
- [Pizzerie](#)

Preparazione

Idratare il couscous in una padella, rispettando il rapporto acqua-semola riportato sulla confezione, riscaldare l'acqua e aggiungere il sale, un goccio d'olio e tutte le spezie in elenco, avendo l'accortezza di dosarle parsimoniosamente e a pizzichi, sciogliere bene quindi, versando a pioggia, completare anche con il couscous.

Nel frattempo, in un'altra padella, preparare un soffritto con olio, aglio e peperoncino, quindi aggiungervi il tonno cubettato, infine un trito di menta e timo con un pizzico di sale. Prestare la massima attenzione alla cottura del tonno che dovrà essere cotto ma rimanere morbido e senza crosticine esterne, per far ciò aiutarsi tenendo bassa la fiamma e girando spesso il contenuto della padella.

Sgranare il couscous e mescolarlo bene con il tonno comprensivo dei suoi sughi, quindi, usarlo per riempire un coppapasta. Pressare leggermente il couscous, al fine di compattare il tortino, quindi estrarre il coppapasta e guarnire con menta e rametto di timo, profumare con un filo d'olio e una spolverata di bottarga.

Tags:

- [Addendum](#)
- [Pizzeria Kalinikta](#)
- [Pizzerie](#)

Note

Nessuna descrizione

Tempo di preparazione	45 min	Difficoltà	Facile
Porzioni	1 porzione	Spesa	
Nazione/Regione		Costo per porzione	

