

## Tonno con cipolla di tropea in agrodolce

---



Ingr

edienti per 4 persone

- 4 fette di tonno fresco
- 3 cipolle di tropea
- 150 ml d'acqua
- 2 cucchiaini di zucchero
- 5 cucchiaini di aceto
- Olio evo, sale, pepe q.b.

### PREPARAZIONE:

Disporre le fette di tonno in pentola con un filo d'olio, coprire con MCS D e cuocere a fiamma media 2 min per lato poi toglierle dalla pentola e lasciare riposare in un piatto. Nella stessa pentola disporre le cipolle tagliate a fettine con un filo d'olio evo e l'acqua, salare, coprire con MCS D e far appassire per circa 10 min a fiamma bassa. Aggiungere lo zucchero, l'aceto, pepare, mescolare e cuocere a fiamma bassa per altri 2 min. con MCS D. Unire il tonno se occorre regolare di sale e fare insaporire 2 min per lato con MCS D. Servire il tonno, accompagnato con cipolle in agrodolce.

Lorena Vecchini