

PUNTARELLE CON UOVA SODE E PANE CROCCANTE

Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (40 cucchiaini)
- 1 aglio
- 4 uova
- 2 acciughe
- 2 pancarrè
- puntarelle (400gr)
- Salsa tonnata Calvé

Come si prepara

Staccate i germogli della catalogna e tagliateli in fettine sottilissime, metteteli a bagno in acqua fredda e lasciateli riposare in acqua per 30 minuti poi sgocciolateli bene.

Fate rassodare le uova in acqua bollente per 8 minuti, lasciatele intiepidire, sgusciatele e tagliatele a spicchi.

Sminuzzate le fette di pan carrè, rosolatele in una padella antiaderente con l'olio, l'aglio schiacciato, e i filetti di acciuga.

Amalgamate le puntarelle con la mollica rosolata e il suo condimento, sistematele in un piatto, adagiatevi sopra le uova e condite con la salsa tonnata.

Difficoltà: 2

Tabella nutrizionale

Valore energetico	132 kcal 553 kJ
-------------------	--------------------

Tags

veloce, freddi, feste, occasioni, mediterraneo



