

INSALATA DI TONNO E CARCIOFI

Ingredienti per 2 persone:

- 2 carciofi,
- 120 gr di tonno al naturale,
- 2 uova sode,
- 4 cucchiaini d'olio,
- sale.

Togliete le foglie dure ai carciofi; strofinateli con un limone e lessateli in acqua bollente salata. Scolateli, apriteli a fiore e disponetevi sopra il tonno al naturale sgocciolato. Unire le uova sode sgusciate e tagliate a fettine e condite con l'olio ed un po' di sale.