

CANNELLONI RIPIENI DI TONNO AL MICROONDE

Ingredienti per 4 persone:

- 8 rettangoli pasta fresca già pronta,
- 350 g di tonno sott'olio,
- 2 cucchiaini di capperi sotto sale,
- 1 mozzarella,
- 4 foglie di basilico,
- 1 cucchiaio di prezzemolo tritato,
- sale,
- pepe.

Per la salsa:

- 2 scatole di pomodori pelati,
- 1 cipolla,
- 50 g di burro,
- 2 cucchiaini di olio d'oliva extra-vergine,
- 1 cucchiaio di prezzemolo tritato,
- sale,
- pepe,
- pangrattato per gratinare.

Preparate il sugo: sbucciate la cipolla, tagliatela a fette sottili e fatela imbiondire per 2' alla massima potenza in una pirofila con il burro.

Aggiungete i pelati passati al setaccio, regolate di sale e di pepe, condite con l'olio.

Profumate con il prezzemolo tritato e cuocete a potenza media per altri 10-12'.

Preparate il ripieno: scolate il tonno dall'olio e trasferitelo nel bicchiere del frullatore.

Aggiungete le foglie di basilico ben lavate e il prezzemolo tritato, salate, pepate e frullate per 1'.

Lessate i rettangoli di pasta in acqua bollente salata, a cui avrete aggiunto un cucchiaio d'olio che avete preparato, scolateli e lasciateli raffreddare sotto l'acqua fredda.

Disponeteli sul piano di lavoro e al centro di ciascuno di essi mettete 2 cucchiainate di ripieno.

Richiudete ciascun rettangolo arrotolandolo in modo da formare un cannellone e allineateli in una pirofila leggermente imburrata.

Spolverizzate con il pangrattato, versate il sugo e grigliate per 4-6'.

Servite ben caldo dopo aver decorato con i ciuffetti di erbe aromatiche.