

Spaghetti tonno e rucola



Spaghetti tonno e rucola, un primo piatto veloce e semplicissimo da preparare, un'idea salvapranzo dell'ultimo minuto.

Ecco a voi la ricetta.

Ingredienti per 2 persone

2 scatole di tonno

1 mazzetto di rucola

30 g di porro

250 g di spaghetti

olio

sale

Pulire il porro eliminando la foglia più esterna e tagliarlo finemente.

In una padella scaldare un filo d'olio, aggiungere il porro e mezzo bicchiere di acqua. Lasciar appassire qualche minuto e aggiungere il tonno sgocciolato.



Cuocere a fuoco basso per circa 10 minuti.

Nel frattempo lavare la rucola e asciugarla con carta da cucina. Con l'aiuto delle forbici ritagliarla in piccoli pezzettini.

Mettere metà della rucola nella padella con il tonno e lasciarla appassire.



Cuocere gli spaghetti, scolarli al dente e ripassarli nel condimento. Aggiungere la rucola cruda e un filo di olio prima di servire.

[Torna alla Home](#)

[Vedi gli altri Primi](#)

[Vedi tutte le ricette](#)