

# Paccheri ripieni al tonno

I **paccheri ripieni al tonno** sono un primo piatto gratinato al forno il cui ripieno dei paccheri è a base di tonno sott'olio, olive nere, filetti di alici, origano e timo. E' importante scegliere un tonno di prima qualità, in olio di oliva: solo così la ricetta avrà una buona riuscita. Se usate il tonno in olio extravergine conservato in vetro, potete non scolarlo, ma utilizzare l'olio stesso per la preparazione del ripieno.

I **paccheri ripieni al tonno** sono ottimi gustati al momento. Se avanzano potete conservarli per un giorno in frigorifero e consumarli a temperatura ambiente.

## INFORMAZIONI

- 4 persone
- **440Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

## INGREDIENTI

### Per la preparazione del ripieno

- 200 g di tonno sott'olio (peso sgocciolato)
- 12 olive nere
- 2 filetti di alici sott'olio
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 2 cucchiaini di Brodo di pesce o brodo vegetale
- 1 pizzico di origano
- 1 pizzico di timo

### Per completare la preparazione

- 250 g di pasta tipo paccheri
- Sale
- 8 rametti di prezzemolo
- 1 spicchio di aglio
- 2 cucchiaini di pane grattugiato
- Pepe nero macinato al momento
- 4 cucchiaini di Brodo di pesce o brodo vegetale

## PREPARAZIONE

- Scolare il tonno dall'olio di conservazione e metterlo nel tritatutto. Se usate un tonno in olio extravergine conservato nel vetro non scolarlo e omettere l'olio del passaggio successivo.
- Snocciolare le olive, scolare i filetti di alici e metterli nel tritatutto assieme al tonno, l'olio e il brodo indicati per la preparazione del ripieno.
- Frullare fino ad ottenere un composto mediamente omogeneo. Unire un pizzico di origano e di timo e mescolare.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e scolarla. Condirlo con un filo d'olio affinché non si appiccichi.
- Riempire i paccheri con il composto di tonno, aiutandosi con un cucchiaino e metterli in una pirofila.
- Lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tritarle finemente con la mezzaluna su un tagliere assieme all'aglio spellato.
- Mescolare in una terrina il trito, il pangrattato, un pizzico di sale, una macinata di pepe. Emulsionare accuratamente e stemperare quindi con il brodo.
- Condire i paccheri con l'emulsione e mescolare bene. Se la pasta dovesse essere molto secca aggiungere altro brodo di pesce o vegetale.
- Cospargere in superficie con una manciata pangrattato e cuocere nel forno preriscaldato a 180° C per 10-15 minuti.
- Servire.

## STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

## AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

