

BISTECHE DI TONNO

Ingredienti per 4 persone:

- 4 trance di tonno (150 g cadauna),
- 8 cucchiai d'olio,
- sale,
- pepe,
- buccia grattugiata di un limone,
- 1 cucchiaino di spezie (rosmarino, salvia, maggiorana e origano),
- 1 bicchiere di vino bianco secco.

Lasciar marinare per 2 ore le trance di tonno, nella salsa preparata con olio d'oliva, sale, pepe macinato al momento, la buccia grattugiata del limone, le spezie tritate e il vino bianco.

Rivoltare ogni tanto le trance di tonno nella marinata in modo che si insaporiscano bene e poi cuocerle alla griglia, ungendole con la loro marinata.