

Полба с томатным соусом, тунцом и жареным шалфеем



Время приготовления: 25 min.

Степень сложности: Средний

Ингредиенты (4-х человек)

• Ингредиенты

- Протертые томаты 500г 300 г
- Пиво 1 стакан
- Свежий желтоперый тунец 200 г
- Соль по вкусу
- Сухая шлифованная полба 400 г
- Шалфей несколько листиков

Для этого рецепта мы использовали:



Приготовление

1. Порежьте мясо желтоперого тунца мелкими кубиками и обжарьте в небольшом количестве оливкового масла первого холодного отжима с зубчиком чеснока.
2. Влейте пиво и дайте ему выпариться. После этого добавьте **Протертые томаты Pomì** и готовьте все вместе в течение 5 минут.
3. Отварите полбу в большом количестве кипящей воды и приправьте томатным соусом.
4. Обваляйте в муке и обжарьте несколько листиков шалфея для украшения.
5. Подавайте блюдо с жареным шалфеем, добавив немного оливкового масла.