



Ingredienti: gr. 800 tonno; prezzemolo, basilico, lauro; origano, cipolla; aceto di vino; olio di oliva; sale e pepe

Procedimento: mischiate due bicchiere di olio con una cucchiata di aceto, una cipolla tritata insieme a un cucchiaio di prezzemolo e uno di basilico, di origano, pepe abbondante e una foglia di lauro. Pulite e asciugate il tonno e mettetelo a marinare in questo miscuglio. Lasciatelo per due ore, rigirandolo spesso. Ungete di olio una teglia e ponetevi il pezzo di tonno scolato; spruzzatelo di sale e cuocetelo in forno caldo per 40 minuti rigirandolo spesso e bagnandolo con la marinata.