

# Tacchino tonnato senza maionese

600 gr petto di tacchino  
1 dado vegetale  
80 gr di tonno in scatola sott'olio (peso sgocciolato)  
7 capperi  
160 gr di yoghurt nature



**FACILEeBUONO**

Ecco come fare



Togliamo la carne dal frigorifero 2 ore prima.  
Laviamola, mettiamola in pentola e ricopriamola d'acqua.  
Aggiungiamo il dado e portiamo ad ebollizione.  
Schiumiamo e a fuoco lento cuociamola per 20 minuti.  
Mettiamo la carne in un piatto a raffreddare poi tagliamo a fette sottili.

Nel frattempo prepariamo la salsina:  
Mettiamo nel frullatore il tonno sgocciolato, i capperi e lo yoghurt.  
Frulliamo in modo che gli ingredienti si mescolino bene.

Disponiamo le fettine di carne una vicina all'altra e ricopriamole con la salsina.  
In seguito chiudiamo con pellicola trasparente e lasciamo riposare in frigorifero per 4 ore prima di servire.

Il brodo sarà ottimo per minestre o risotti. Si conserva in frigorifero per alcuni giorni oppure congelarlo.

Il tacchino tonnato senza maionese resta più delicato al palato e più digeribile. Ecco la mia ricetta del tacchino tonnato, veloce e semplice da preparare.