

Seitan tonnato (piatto completo se accompagnato da verdure e pane)

Ingredienti (per 4 persone)

- 300-350 g di crema tonnata
- 300 g seitan di farro (produzione tigusto SA)
- capperi, paprica, prezzemolo tritato

Preparazione

- vedere ricetta a pagina 7
- tagliare a fette sottili con un coltello ben affilato o con l'affettatrice.
- disporre sui piatti di servizio le fette di seitan; nappare con la salsa (circa 30 minuti prima del servizio); conservare in frigorifero.
- guarnire; servire freddo accompagnato da pane tostato caldo.

Osservazioni e varianti:

La salsa tonnata deve essere piuttosto fluida.

Potete sostituire il seitan con fette di tofu preparate come nella ricetta "Fette di tofu alla falsa salsa d'arrosto". Sostituendo il seitan con il tofu, in questo caso la preparazione può essere servita anche ai celiaci.

Per chi desidera, il seitan tagliato a fette può essere saltato in padella prima di venir salsato.