

# GALA AGRO VERGINE BIO

## REISSALAT MIT THUNFISCH

### Zutaten:

- 400g Langkornreis, gekocht
- 300g Thunfisch
- 300g Peperoni, gelb und rot
- 300g Tomaten-concassé
- 100g Essig-Gewürzgurken
- 100g Erbsen, gekocht
- 60ml Oliven, schwarz
- 20ml Weißwein, trocken
- 60ml Walcher Agro Vergine Gala Bio
- 10ml Zitronensaft
- Salz
- Pfeffer, weiß
- 150ml Olivenöl
- 1 EL Petersilie, gehackt



### Zubereitung:

Thunfisch mit einer Gabel zerbröckeln. Für die Marinade alle Zutaten gut verrühren und bereitstellen. Gekochten oder gedünsteten Reis mit den vorbereiteten und geschnittenen Zutaten vermischen, mit der Marinade abschmecken und mit Salz, Pfeffer und Petersilie würzen.

# GALA AGRO VERGINE BIO

## INSALATA DI RISO CON TONNO

### Ingredienti:

- 400g di riso a chicco lungo, cotto
- 300g di tonno
- 300g di peperoni, gialli e rossi
- 300g di pomodoro concassé
- 100g di cetriolini sott'aceto
- 100g di piselli, cotti
- 60ml di olive nere
- 20ml di vino bianco, secco
- 60ml di Agro Vergine Gala Bio Walcher
- 10ml di succo di limone
- sale
- pepe, bianco
- 150ml di olio d'oliva
- 1 cucchiaio da tavola di prezzemolo tritato



### Preparazione:

Sbriciolare il tonno con una forchetta. Per la marinata mescolare bene tutti gli ingredienti. Aggiungere il riso cotto agli ingredienti preparati e tagliati a pezzetti, condire con la marinata ed insaporire con sale, pepe e prezzemolo.