

Polpette di tonno, ricetta deliziosa con un tocco siciliano

Autore: Redazione

Data: 11 Febbraio 2022



Vi siete sempre chiesti come **fare le polpette di tonno in casa**, ma non avete mai trovato la **ricetta** perfetta? Abbiamo la soluzione che fa per voi. Chiediamo aiuto alla strepitosa **cucina siciliana** e prepariamo un **secondo di pesce** facile e gustoso, reso unico dalla presenza del gusto agrodolce. Abbiamo già l'acquolina in bocca: **ingredienti** e **procedimento**.

Come fare le Polpette di Tonno

Con le **polpette** non si sbaglia! Sono una delle preparazioni più famose e apprezzate, soprattutto perché possono essere cucinate in infinite versioni. Oggi vogliamo dedicarci a una **variante di pesce**, perfetta come [secondo piatto](#), ma anche come "finger food", per un **aperitivo sfizioso** o un **antipasto** diverso dal solito.

A rendere uniche le nostre polpette di tonno è la **cipuddata**, che ne esalta il sapore **agrodolce**. Lo diciamo subito, a scanso di equivoci: oggi vogliamo suggerirvi un **piatto** davvero **strepitoso**, uno di quelli che lasceranno senza parole i vostri commensali. Per farlo, non dovrete fare troppa fatica.

Queste **polpette** di tonno, accompagnate dai [sapori agrodolci](#) sono una **pietanza tipica della cucina siciliana**. A renderle speciali è la “**cipuddata**” che le accompagna: una preparazione a base di cipolle, con un gusto molto tipico. Si tratta di un’ottima versione delle **polpette di pesce**.

Per questa ricetta abbiamo utilizzato il **tonno sott’olio**, ma voi potete anche **usare quello fresco** (che dovrete, naturalmente, lavorare un po’ diversamente).

Leggendo la nostra ricetta, scoprirete che è facilissima e che potete preparare in **anticipo**, gustandole un paio d’ore dopo. Sono perfette come antipasto, per un **buffet o come secondo piatto**. Accompagnate da una **fresca insalata**, faranno la felicità dei vostri commensali.

Ricetta delle Polpette di tonno

Ingredienti

Per le polpette

- 300 g di tonno sott’olio ben sgocciolato;
- 1 cucchiaino di pasta d’ acciuga (sostituibile con 2 o 3 filetti di acciuga tritati);
- 2 uova;
- 3 fette di pancarrè o pane raffermo;
- Latte;
- Prezzemolo tritato;
- Pangrattato;
- Aglio;
- Uva passa;
- Pinoli;
- Olio per la frittura;
- Sale;
- Pepe.

Per la cipuddata

- 500 g di cipolle rosse;
- 40 g di zucchero;
- 80 ml di aceto di vino rosso;
- 1 bicchiere d’acqua;
- 60 ml di olio extravergine d’oliva;
- Sale;
- Pepe.

Procedimento

1. Per fare le polpette di tonno, dovete anzitutto tagliare il pancarrè in pezzetti.
2. Ammorbiditelo nel latte e strizzatelo bene.
3. Sgocciolate con cura il tonno e schiacciatelo con una forchetta.
4. Impastate in una ciotola il tonno con le uova, il prezzemolo tritato, l’aglio, la passolina, i pinoli tritati al coltello e il pancarrè ben strizzato.

5. Regolate di sale e unite il pangrattato necessario.
6. Lavorate bene con una forchetta, poi usate le mani.
7. Ungete le mani e modellate le polpette, quindi impanatele nel pangrattato.
8. Scaldate l'olio e cuocete le polpette, cuocendole in modo uniforme da un lato e dall'altro.
9. Fate asciugare su carta assorbente.
10. Dedicatevi alla *cipuddata*.
11. Sbucciate le cipolle, lavatele ed affettatele non troppo sottili.
12. Mettetele in una padella antiaderente, insieme a un bicchiere d'acqua.
13. Fate stufare a fuoco basso e a tegame coperto, mescolando di tanto in tanto.
14. Quando saranno morbide e asciutte, aggiungete olio, sale e pepe.
15. Fate cuocere a fuoco dolce per circa 10 minuti, mescolando per non fare attaccare.
16. Aggiungete le polpette di tonno e fate insaporire.
17. Sciogliete lo zucchero nell'aceto.
18. Sfumate le polpette con l'aceto e fate cuocere per qualche altro minuto.
19. Mettete la cipuddata sul piatto da portata e disponetevi sopra le polpette.
20. Servite a temperatura ambiente.

Buon appetito! Foto: [judywitts](#) – [Licenza](#).

Riferimento articolo: <https://www.siciliafan.it/polpette-di-tonno-in-agrodolce-ricetta/>

Generato il 17/04/2026