

COMUNICATO STAMPA

ESTATE DA GUSTARE: TATAKI DI TONNO CON PUNTARELLE ALLA ROMANA

Un omaggio all'estate mediterranea con la creatività dello chef Giuseppe Mulargia, tra freschezza, gusto e tradizione in un piatto elegante e sorprendente



L'estate è arrivata e l'FH55 Grand Hotel Palatino di Roma celebra la cucina mediterranea, esaltandone la straordinaria capacità di stupire anche nella sua semplicità. Il Ristorante Le Spighe, guidato dallo chef Giuseppe Mulargia, propone una ricetta che coniuga tecnica giapponese e anima romana: Tataki di Tonno con Puntarelle alla Romana. Un piatto che racconta l'incontro tra sapori orientali e la tradizione del nostro territorio, perfetto per una cena leggera, raffinata e ricca di contrasti.

La ricetta nasce dall'amore per le **materie prime di altissima qualità** e dal desiderio di portare in tavola un'esperienza che esalti i sensi. Il protagonista è il **tonno fresco**, dal filetto compatto e brillante, che viene appena scottato per mantenere intatta la sua consistenza tenera e **il suo sapore deciso ma delicato**. La marinatura, ispirata alla tradizione orientale, avvolge il pesce con note intense e profumate: la **salsa di soia** dona sapidità, lo **zenzero grattugiato** sprigiona una freschezza pungente, l'**aglio** e il **cipollotto** conferiscono profondità aromatica, mentre l'**aceto di mele** aggiunge un tocco di acidità equilibrata. La **senape**, spennellata prima della cottura, aggiunge una piacevole punta piccante che si sposa con la **croccante crosta di semi di sesamo tostati**.

A completare il piatto, le **puntarelle alla romana**: giovani germogli di cicoria catalogna, croccanti e leggermente amarognoli, conditi con una salsa vellutata preparata con **olio extravergine d'oliva fruttato**, **alici sott'olio** dal sapore deciso, **aglio**, **pepe nero** e un tocco di **aceto di vino**. Il risultato è un'esplosione di gusto e consistenze, dove **l'oriente incontra la tradizione romana in un equilibrio perfetto**. Un connubio raffinato e sorprendente, pensato per chi ama lasciarsi conquistare da piatti che uniscono colore, carattere e creatività.

TATAKI DI TONNO CON PUNTARELLE ALLA ROMANA

Ingredienti per 2 persone

Per il Tataki:

- 300 gr filetto tonno fresco
- 2 cm zenzero
- 6 cucchiaini salsa di soia
- 1 spicchio d'aglio
- 2 cucchiaini aceto di mele
- Cipollotto q.b.
- Semi di sesamo q.b.
- Senape q.b.

Per le puntarelle:

- 100 gr puntarelle capate
- ½ spicchio di aglio
- 2 filetti di alici sott'olio
- Sale q.b.
- 2 cucchiaini aceto di vino
- 2 cucchiaini olio EVO
- Pepe nero q.b.

Procedimento:

Iniziare con la preparazione della salsa per le puntarelle: emulsionare in un mixer olio EVO, aceto, alici, aglio, sale e pepe fino a ottenere una crema omogenea. Condite le puntarelle con questa salsa e tenetele da parte.

Per la marinatura del tonno, in una bowl unire salsa di soia, aceto di mele, cipollotto tagliato fine, aglio schiacciato e zenzero grattugiato. Mescolare bene, poi immergetevi il filetto di tonno e lasciate marinare per 20-30 minuti, girandolo a metà tempo.

Scolare il tonno, asciugandolo e spennellandolo con senape su tutti i lati. Ricoprirlo interamente con semi di sesamo.

Scaldare una padella antiaderente con un filo d'olio e scottare il filetto su ogni lato per circa 30-40 secondi. L'interno dovrà restare crudo ma non freddo.

Tagliare il tonno a fette e adagiarlo sulle puntarelle condite. Si può completare con un filo della marinatura avanzata.

Consigli utili:

Le puntarelle classiche possono essere sostituite con puntarelle di sedano, ottenute pelando le coste con un pelapatate e lasciandole in acqua e ghiaccio per farle arricciare.

Assicurarsi che il tonno sia stato abbattuto correttamente.

Per un tocco extra, servire con crema di cicoria per esaltare la nota amarognola del piatto.

Un piatto che è **l'espressione perfetta dell'estate romana**: fresco, leggero, elegante. Un viaggio di sapore tra oriente e occidente, tra innovazione e rispetto per la tradizione.

FH55 Grand Hotel Palatino

È un albergo 4 stelle, situato nel quartiere Monti, a ridosso dell'ampia zona archeologica che include Colosseo, Fori imperiali, Palatino, Circo Massimo, Celio e Terme di Caracalla.

Dispone di diverse tipologie di camere che includono camere con vista sul Quirinale o sul Vittoriano, Junior Suite con terrazza privata nel Top Floor da dove godere di una splendida vista della città.

Il Grand Hotel Palatino è completo di Centro Congressi, il Globo, con 5 sale, di cui una plenaria di 295 mq, ideale per esposizioni, show room e meeting.

L'Hotel offre anche una palestra con attrezzi Technogym e personal trainer, un bar e dispone di tre ampie e luminose sale ristorante, Le Erbe, Il Giardino e Le Spighe, dove al mattino viene servita la colazione interna-

zionale a buffet sia dolce che salata, **alimenti biologici ed una selezione di prodotti per coloro che seguono diete specifiche legate a intolleranze alimentari e per chi ama mangiare sano.**

Il **Ristorante Le Spighe** è aperto a pranzo e a cena, anche ai visitatori esterni, e serve una cucina di mare e di terra per riscoprire i migliori piatti della tradizione romana e nazionale. Tutte le proposte sono preparate dal nostro **Chef Giuseppe Mulargia** e presentate nel menu à la carte e nei menu degustazione.

L'albergo è pet friendly ed è comodamente raggiungibile in auto, con diversi garage convenzionati a pagamento nelle vicinanze.

FH55 HOTELS

È un gruppo alberghiero fondato nel 1955 da Dino Innocenti, pioniere nel settore dell'hôtellerie, che inizia creando il **Grand Hotel Mediterraneo** di Firenze. La storia continua nel 1968 con la costruzione del **Grand Hotel Palatino** a Roma, a due passi dal Colosseo. Successivamente il gruppo prosegue la sua crescita con l'acquisto dell'**Hotel Calzaiuoli**, nel cuore di Firenze che apre nel 1982. Alla scomparsa del fondatore, gli eredi divenuti nel frattempo titolari delle strutture, continuano la politica di espansione e nel 1995 acquisiscono l'**Hotel Villa Fiesole**. FH55 HOTELS è oggi un gruppo alberghiero composto da quattro strutture, ognuna con una propria identità, ma accomunate da quei valori che la proprietà trasmette quotidianamente a tutto lo staff e alla direzione degli alberghi. Nel 2025, FH55 HOTELS celebra con orgoglio il suo 70° anno di attività, un traguardo straordinario che segna sette decenni di eccellenza nell'ospitalità italiana. Da una visione pionieristica a una realtà consolidata, il gruppo continua a distinguersi per innovazione, qualità e un'attenzione costante al benessere degli ospiti.

Il Gruppo FH55 Hotels, da sempre attento al sostegno dei più bisognosi, ha avviato una meravigliosa iniziativa di solidarietà in collaborazione con l'**Istituto delle Piccole Sorelle dei Poveri di Firenze**. Questo progetto è nato dal desiderio di ridurre gli sprechi alimentari, trasformando le eccedenze del buffet delle colazioni del Grand Hotel Mediterraneo in una preziosa risorsa per l'istituto, che ospita oltre **70 anziani, 10 suore e 20 dipendenti**. Prima di questa iniziativa, gli anziani avevano a disposizione pochissimo per la colazione, ma grazie all'impegno del Gruppo, ora possono godere quotidianamente di una colazione completa e abbondante. Il progetto, avviato nel novembre 2023, rappresenta solo l'ultima delle numerose attività benefiche che il gruppo porta avanti da anni, confermando il suo impegno concreto e costante nel fare la differenza per chi ha più bisogno.



Lungarno del Tempio 44, 50121 Firenze

+39 055 660241

+39 055 679560

www.fhotels55.com

sales@fhotels55.com

Travel Marketing 2
Public Relations & Press Office

Ufficio Stampa Travel Marketing 2, Roma

Alessandra Amati Cell. 335 8111049

www.travelmarketing2.com

E-mail alessandra.amati@travelmarketing2.com

info@travelmarketing2.com

Seguici su facebook 

