

Libreta: Pescados
Creado: 26/03/2018 17:13
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/at%c3%ban-al-jerez.html>

Atún al Jerez

INGREDIENTES

- 3/4 kilo de atún en trozos
- 2 cebollas grandes
- 4 dientes de ajo
- 1 hoja de laurel
- una copita de jerez
- sal y pimienta negra
- aceite de oliva

PREPARACIÓN

Cortar el ajo en láminas y la cebolla en aros finos. Sofreír junto con la hoja de laurel con una pizca de sal, en aceite de oliva.

Cuando empiece a tomar color el sofrito, agregar el atún y el fino.

Rectificar el punto de sal y añadir un poco de pimienta negra. Dejar cocer unos 15 minutos, con la tapadera puesta y removiendo de vez en cuando con cuidado para que no se deshagan los trozos de pescado.

Servir con arroz blanco, patatas cocidas al vapor y espolvoreadas con perejil o pimientos de piquillo asados.