

Libreta: Pescados
Creado: 26/03/2018 17:12
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/at%c3%ban-encebollado.html>

Atún encebollado

INGREDIENTES

750 grs. de atún a trozos
4 dientes de ajo
2 cebollas grandes
1 hoja de laurel
Medio vaso de vino fino Tío Pepe
Aceite de oliva virgen de la Sierra
Sal

PREPARACIÓN

Sofreír el ajo cortado a láminas, las cebollas troceadas y la hoja de laurel con una pizca de sal, en aceite de oliva.

Cuando empiece a tomar color el sofrito, agregar los trozos de atún y el vino, sazonando si es necesario.

Dejar cocer unos veinte minutos, moviendo con cuidado para que no se deshagan los trozos de atún.

Apartar y servir caliente.