

PATATAS RELLENAS DE ATÚN



EL ATÚN ES UN ALIMENTO MUY
NUTRITIVO Y CON GRAN
IMPORTANCIA EN NUESTRA
DIETA.

<https://www.youtube.com/watch?v=AwWiTewCHNM>

PATATAS RELLENAS DE ATÚN

INGREDIENTES



3 PATATAS



3 LATAS ATÚN AL NATURAL



QUESO MOZZARELLA



MANTEQUILLA



PIMIENTA



SAL

PATATAS RELLENAS DE ATÚN

PROCESO DE ELABORACIÓN



1. COCEMOS LAS PATATAS EN UNA CAZUELA CON AGUA Y SAL.



3. CON UNA CUCHARA SACAMOS TODA LA CARNE DE DENTRO DE LA PATATA.



2. LAS DEJAMOS ENFRIAR CINCO MINUTOS Y DESPUÉS LAS CORTAMOS POR LA MITAD.



4. VAMOS ECHANDO LA CARNE DE LAS PATATAS EN UN RECIPIENTE.

PATATAS RELLENAS DE ATÚN

PROCESO DE ELABORACIÓN



5. ECHAMOS AL RECIPIENTE UN CUCHARADA DE MANTEQUILLA, TODO EL ATÚN, UN POCO DE SAL Y PIMIENTA, Y UN POCO DE QUESO.



6. MEZCLAMOS TODOS LOS INGREDIENTES MUY BIEN.



7. RELLENAMOS LAS PATATAS, ECHAMOS QUESO RALLADO POR ENCIMA Y METEMOS AL HORNO 15 MINUTOS A 200º CON CALOR POR ARRIBA Y POR ABAJO.



¡¡ BUEN PROVECHO !!