



## empanadillas de tomate, pimiento y atún

### Ingredientes (4p)

- 8-10 obleas de empanadilla
  - 1 brik de tomate frito
  - 2 latas de atún
  - 1 pimiento de freir pequeño
  - 1/4 de cebolla pequeña
  - Aceite para freír
  - Una pizca de sal
- **Antes de empezar:** Mezclamos en un bol el atún desmenuzado con el tomate. Lavamos el pimiento y le quitamos el tallo y las pepitas. lo cortamos en tiras finas para freírlo. Pelamos la cebolla y la cortamos en tiras finas para freír.
- ⇒ **Util necesario:** sartén mediana
- ◆ **Variantes:** También puedes cortar en trozos pequeñitos tomate, pimiento, huevo duro, tacos de jamón serrano o cebolla y servirlo por separado para añadir a cada ración de gazpacho de forma individual.

### Elaboración:

Ponemos a calentar una sartén mediana con un poco de aceite. Agregamos las tiras de pimiento y de cebolla para pocharlo. Deben estar blandos antes de sacarlos, sobre todo el pimiento. Una vez pochado, lo agregamos al bol con el tomate y el atún y lo estrujamos un poco con un tenedor, para hacer la mezcla uniforme. Antes de rellenar, puedes corregir la sal, es cuestión de gustos. Ya podemos rellenar nuestras empanadillas. Cogemos una cucharada sopera llena del relleno y la depositamos en el centro de la empanadilla, doblamos la oblea y "sellamos" el filo con los dientes del tenedor, en toda su longitud. Una vez preparadas, podemos freírlas en aceite bien caliente, volviéndolas en el aceite antes de sacarlas para que se hagan por los dos lados. En unos 3-4 minutos deben estar doraditas y listas para comer.

Esta receta de empanadillas con tomate, pimiento, cebolla y atún da muy buen resultado por su suavidad. Es uno de los rellenos de empanadilla más populares.

Un plato que gusta a todos.

Difícil comer más sano.

Si necesitas ayuda, tienes a tu disposición a nuestro [cocinero virtual](#). El te ayudará.

[otras recetas de verduras](#)

[más recetas](#)

[recetas rápidas](#)

[breve diccionario de cocina](#)



[www.comofreirunhuevo.es](http://www.comofreirunhuevo.es)