



  
www.luispiña.es

## Atún encebollado con salsa agridulce

**Ingredientes para 4 personas:** 4 rodajas de atún, 4 cebollas, aceite de oliva virgen extra, sal, pimienta negra y perejil.

**Ingredientes para la salsa:** El zumo de 3 naranjas, 1/2 vaso de vinagre, 4 cucharadas de tomate frito, 4 cucharadas de azúcar y 1 vaso de caldo de pescado.

**Preparación:** Cortar las cebollas en juliana y ponerlas a dorar en una cacerola con un poquito de aceite, sazona, deja que se cocine a fuego moderado durante 20-25 minutos y las escurre. Salpimenta los lomos de atún y cocina en la plancha levemente (1-2 minutos por cada lado). Cubre el fondo de un plato o fuente con la salsa agridulce, poner los lomos de atún en el centro y coloca la cebolla confitada encima de los filetes de atún.

**Preparación de la salsa:** Vierte en una cacerola el zumo de naranja, el vinagre, el tomate y el caldo de pescado. Agrega el azúcar y mezcla bien. Deja que se cocine a fuego lento durante 20-30 minutos (hasta que espese), si la salsa no espesa, le añadimos un poco de harina de maíz y un poco de agua fría para espesar un poquito la salsa.

**Tiempo de preparación:** 60 minutos

**Autora de la receta:** Alba María Cabrero Moreno

**Supermercado masymas 23 - Andújar**