

# Lista de ingredientes para la receta Atún rebosado en hormigas culonas y miel de panela con limón

## Ingredientes

- Lomo de atún 500 Unidad
- Salsa de soja 2 cdas.
- Aceite De Oliva Cantidad necesaria
- Sal y Pimienta A gusto
- Ron 3 cdas.
- Hormigas culonas molidas Cantidad necesaria

## Ensalada de hormigas

- Palmitos monterianos 300 g
- Jugo de Limón 1/2 Taza
- Sal y Pimienta A gusto
- Hormigas culonas 50 g
- Aceite de ajos A gusto
- Lechugas variadas 100 g
- Ajonjolí 1 cda.

## Esparragos

- Esparragos 10 Unidades

## Salsa de panela

- Jugo de Limón 2 cdas.
- Pimienta rosa A gusto
- Agua 1 Taza
- Panela 1 Unidad