

# Albóndigas de Atún con Toques de Madre



## Ingredientes

**Arroz blanco:** c/n

**Cebolla Morada:** 1 unidad

**Cilantro:** c/n

**Guisantes:** 20 grs

**Huevo:** 1 unidad

**Panko:** c/n

**Perejil picado:** c/n

**Sésamo tostado:** c/n

**Aceite De Oliva:** c/n

**Atún:** 600 grs

**Cebolla:** 1 unidad

**Guindilla amarilla picante:** 1 unidad

**Harina:** c/n

**Tomates:** 3 Unidades

**Pan Rallado:** 1 cda

**Salsa de soja:** c/n

**Tabasco:** c/n

**Zanahoria rallada:** 1 unidad

## Preparación de la Receta

- Triturar el pescado en una procesadora.
- En un bol, poner el pescado, la *cebolla*, el diente de *ajo* picado, la *zanahoria*, el *huevo*, el *perejil* y el pan rallado.
- *Condimentar* con la salsa de soja y el tabasco.
- Hacer una masa, formar bolitas, pasar por *harina*, *huevo* y pan rallado o *panko*.
- Freír hasta *dorar* y cocer por dentro.
- Mientras, *saltear* la *cebolla* cortada en juliana, el *ajo* fileteado, la *guindilla* en rodajas y el *tomate* en gajos.
- Salpimentar y agregar los guisantes.
- Presentar las albóndigas y espolvorear con *sésamo* y hojitas de *cilantro*.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/albondigas-de-atun-con-toques-de-madre>