



<b>Receta</b>	<b>Rollo de Atún al Vapor</b>
<b>Autor</b>	Claudia Paolini <a href="#">Tarde de Tortas Fritas</a>
<b>Raciones</b>	8-10
<b>Tiempo</b>	60 minutos aprox. (más enfriado)
<b>Ingredientes</b>	200gr de Atún fresco 200gr de Atún en aceite escurrido 1 anchoa 30ml de Aceite de oliva 50gr de Queso parmesano rallado 50gr de Pan rallado 3 Huevos duros 1 cucharada sopera de Tomate frito 1 pizca de Sal 1 Cebolla 2 Huevos 700ml de Agua para la cocción al vapor

Hola! Vamos a preparar un rollo de atún al vapor con esta

receta que comparte con nosotros [Claudia Paolini](#). Resulta muy interesante y nos va a venir genial para nuestras comidas veraniegas. Y es que, nada mejor que tener este tipo de platos a la hora de ir a la mesa para que nos ayuden a refrescarnos. En su blog, [Tarde de Tortas Fritas](#), hay muchas más recetas que nos vendrán de fábula para disfrutar en este tiempo estival, pero también recetas para cualquier época del año. Pasad a verlo, que os están esperando montones de comidas riquísimas.

Seguid leyendo y os contamos al detalle, descubriréis lo fácil que resulta y el buen resultado que obtendremos tras su elaboración.

### Elaboración:

1. Equipamos el robot con la cuchilla de amasar/picar y añadimos la cebolla cortada en 4. Picamos con velocidad 11, 10 segundos.



2. Bajamos los restos de las paredes del bol con la espátula y añadimos el aceite. Programamos cocción lenta P1, 130°, 5 minutos.



3. Agregamos el atún en tacos, el atún escurrido, la anchoa (una grandecita), el queso, el tomate, los huevos crudos y el pan rallado. Salamos un poquito y trituramos a velocidad 12, 2 minutos.



4. Ponemos la mezcla sobre papel sulfurado espolvoreado con pan rallado. Cubrimos con otra hoja de papel y aplastamos con

un rodillo, para formar un rectángulo de aproximadamente 1cm de espesor. Retiramos el papel de hornear superior y colocamos en el medio los 3 huevos cocidos. Usando el papel, enrollamos bien en el medio y en los extremos.

5. Ponemos agua en el bol y colocamos el rollo envuelto en la vaporera. Iniciamos el programa vapor, 100°, 45 minutos con el tapón en la posición [maxi. vapor](#). Dejamos enfriar bien antes de cortar.

