



RECETAS

[Inicio](#) > [Recetas](#) > Arroz frito con verduras y atún



Atún con todo



28 marzo, 2023

[¿Qué tal te pareció esta receta? >](#)

Arroz frito con verduras y atún

La receta perfecta para sorprender en la mesa, deléitate preparando un rico arroz frito con vegetales y atún zenú.

30

2 a 3 Personas

Compartir



Imprimir

Ingredientes

- 2 latas de atún en aceite de girasol Zenú · 1/2 lata de arvejas con zanahoria Zenú
- 1 huevo

[COMPRAR PRODUCTOS](#) ▾



TOS ▾ RECETAS ▾ EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO

- **Acete de oliva**
- Sal
- Cilantro
- Pimienta Negra molida Badia
- Cebollín para decorar

Preparación

Preparación de arroz frito con atún y vegetales paso a paso:

1. Corta en pedazos pequeños la cebolla larga, igualmente corta el pimentón en tiras largas.
2. Aparte bate el huevo, sazónalo con sal y pimienta negra molida Badia al gusto y resérvalo.
3. En un sartén caliente, sofríe la cebolla y el pimentón con el aceite de oliva, luego añade el huevo batido, mezcla con el arroz, añade la salsa de soya, las arvejas con zanahoria Zenú y el atún Zenú, revuelve suavemente.
4. Por último, añade las raíces chinas, sal, pimienta negra molida Badia, Cilantro; integra todo muy bien, deja cocinar por 3 minutos más.
5. Sirve con un poco de cebollín y disfruta.

Tip

Pues agregar semilla de sésamo a tu gusto, y si te preguntas con qué puedes acompañar el arroz frito con atún y verduras. Puedes preparar unas crujientes papas en cascos o delgadas, acompaña también un con tu cerveza o vino tinto favorito.

Si tienes dudas de la preparación de este delicioso arroz frito: mira la receta completa en video:



Productos relacionados

 **COMPRAR PRODUCTOS** ▾

Descubre lo que hacemos para alimentarte con confianza

Ver video

X



TOS ▾ RECETAS ▾ EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO



Lomos De Atún En Aceite De Oliva



Arvejas Con Zanahoria Zenú

También te puede gustar



3 marzo, 2022

Arroz con Atún Zenú y Verduras

Estamos seguros de que el arroz es uno de los ingrediente...

[Conoce más](#) →

2 marzo, 2022

Lasaña de atún

Esta lasaña de atún se convertirá en tu nueva favorita, p...

[Conoce más](#) →[Descubre más](#) >

Productos

- Atún
- Carnes frías y Embutidos
- Vegetales y Ensaladas
- Pasabocas y Snacks
- Apanados

Recetas

- Otras recetas
- Por momentos
- Por productos
- Por tiempo

Curiosidades

- Entérate

[COMPRAR PRODUCTOS](#) ▾

Descubre lo que hacemos para alimentarte con confianza

Ver video

X



TOS ▾ RECETAS ▾ EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO

Nosotros

- Somos Zenú

Contacto

- Contáctenos

Industrias de Alimentos Zenú S.A.S Carrera 64c # 104-03Teléfono (60 + el indicativo de la ciudad) 470 52 22Medellín - Colombia
Línea de atención al cliente en el resto del país: **01 8000 519 368**



 **COMPRAR PRODUCTOS** ▾