X

Q

TOS * RECETAS * EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO



 $\underline{\text{Inicio}} > \underline{\text{Recetas}} > \text{Arroz frito con } \upsilon \text{erduras y atún}$



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
- 1huevo



Q

- TOS * RECETAS * EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO
 - Aceite de oliod
 - Sal
 - Cilantro
 - Pimienta Negra molida Badia
 - Cebollín para decorar

Preparación

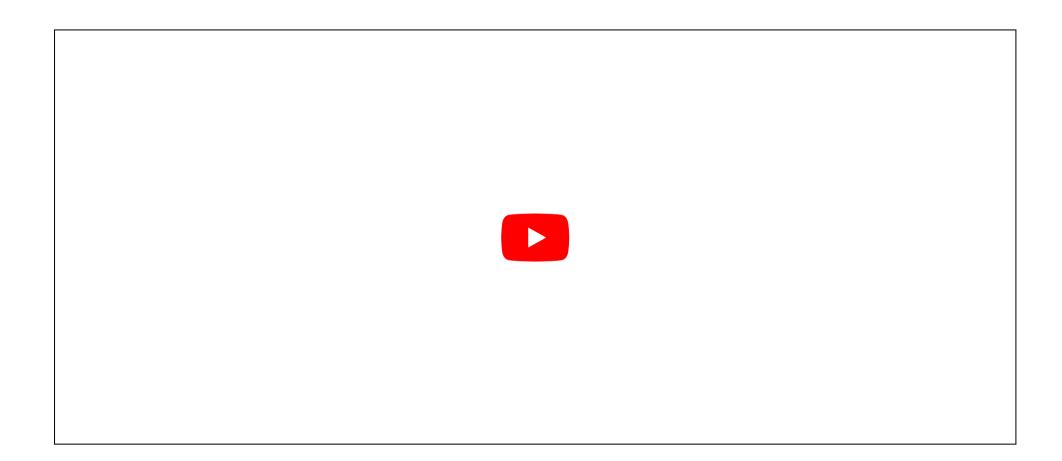
Preparación de arroz frito con atún y vegetales paso a paso:

- 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



2

TOS TRECETAS TEMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO





<u>Lomos De Atún En Aceite De</u> <u>Oliva</u>

Lomos De Atún En Aceite De 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...



2 marzo, 2022

Lasaña de atún

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

Conoce más →

Conoce más →

Descubre más >

Productos Recetas Curiosidades

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

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

• Entérate



Descubre lo que hacemos para alimentarte con confianza

Ver video

X

2

TOS T RECETAS T EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO

Nosotros Contacto

Somos Zenú

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**







