



## RECETAS

[Inicio](#) > [Recetas](#) > Duplicado – Receta de Arroz con Atún



Para almorzar



16 marzo, 2022

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

### Duplicado – Receta de Arroz con Atún

Una preparación deliciosa de arroz con atún, llena de sabores que te llevará a vivir un momento de genuina felicidad al probar el primer bocado.

30 min.

4 porciones

Compartir



Imprimir

#### Ingredientes

- 2 tazas de arroz blanco
- 2 latas de [Atún Zenú](#)
- 1 lata pequeña de [Arveja y Zanahoria Zenú](#)
- 1 lata de [Maíz Zenú](#)
- 2 tazas de cebolla morada cortada en plumas
- 1/4 taza de vinagre
- [Guacamole Pietrán](#)
- 1 plátano verde

[COMPRAR PRODUCTOS](#) ▾

Descubre lo que hacemos para alimentarte con confianza

Ver video

X



TOS ▾ RECETAS ▾ EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO

### Cómo hacer Arroz con Atún Zenú paso a paso:

1. Destapa y escurre el atún. 2. Mezcla el atún con los vegetales y el maíz.
3. Pela el plátano, pártelo en tajadas muy delgadas y fríelas en aceite caliente.
4. Mezcla la cebolla con el vinagre, sal de ajo y pimienta negra molida.
5. Sirve el atún, el arroz y los cascabeles de plátano.

### Tip

Recuerda tener el aceite bien caliente antes de freír los plátanos, primero pon uno solo para confirmar la temperatura y luego agrega tandas no muy grandes para que no se peguen. Acompaña ésta receta con atún de [guacamole piestrán](#).

## Productos relacionados



[Lomos De Atún En Aceite De Girasol](#)



[Lomos De Atún En Agua](#)



[Maíz](#)

## También te puede gustar



Descubre lo que hacemos para alimentarte con confianza

Ver video

X



TOS ▾ RECETAS ▾ EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO

[Conoce más](#) →[Conoce más](#) →[Conoce más](#) →

Descubre más &gt;



## Productos

- Atún
- Carnes frías y Embutidos
- Vegetales y Ensaladas
- Pasabocas y Snacks
- Apanados
- Especialidades
- Carnes preparadas
- Platos listos
- Papas

## Recetas

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

## Curiosidades

- Entérate

## 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** ▾