

Tarta de Atún con Salsa Aioli y Ensalada



Prep: 20 minutos Cocción: 20 minutos Porciones: 4

Tartas de Atún:

2 latas de atún
2 huevos
tallos de col verde rizada
rábanos
1 cucharadas de hierbas
1 taza de migas de pan (puede usar galletas saladas trituradas en lugar de migas de pan)

Salsa Aioli:

1/2 taza de mayonesa
2 dientes de ajo
cucharada de jugo de limón
1 cucharada de sal
cucharadas de aceite



Opcional

Aderezo para ensaladas o mayonesa picante

Notas del Chef: Prepare el aioli primero y deje enfriar en la refrigeradora durante 20 minutos, mientras prepara el resto de la receta. También puede cubrir las tartas de atún con mayonesa picante añadiendo una cucharada de salsa picante a la mayonesa.

1. Para el aioli, cortar el ajo en cubitos, revolver todos los ingredientes y dejar enfriar en la refrigeradora durante más de 20 minutos.
2. Abra y escurra el jugo de las latas de atún.
3. Separe la col rizada del tallo y corte los rábanos en cubitos pequeños.
4. Bata los huevos, añada las hierbas, rábanos y col rizada. Agregue el atún y mezcle despacio las migas de pan (o galletas trituradas).
5. Con las manos, tome un puñado de la mezcla y oprima suavemente formando una tarta tipo hamburguesa.
6. Caliente 2 cucharadas de aceite a fuego medio, agregue las tartas y dórelas por cada lado (aproximadamente 5 minutos por lado).
7. Sirva sobre ensalada y cubra con aioli, aderezo o mayonesa picante.

Fresh Harvest Kits es una colaboración entre HDIFFA y las organizaciones de lucha contra el hambre. Cada kit incluye verduras frescas e ingredientes básicos de la agencia. Al usar este kit también obtendrá ideas nuevas para cocinar de forma saludable. Visite nuestra página web para obtener más información, encontrar recetas, y ver la lista completa de agencias asociadas.