



Recheio econômico de atum



Rendimento

2,25 kg



Tempo de preparo

00:10

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Azeite de Oliva Tipo Único TERRANO®	2 xícaras (chá)	200 ml
Cebola (picada)	6 unidades grandes	1,2 kg
Atum em conserva (escorrido)	1,2kg	1,2 kg
HONDASHI® Profissional	2 colheres (sopa)	25 g

Modo de Preparo

1. Em uma frigideira média, coloque o Azeite TERRANO™ e leve ao fogo alto para aquecer. Junte a cebola e refogue por 3 minutos ou até dourar. Acrescente o atum e o HONDASHI® Profissional e cozinhe por 5 minutos. Retire do fogo, deixe esfriar e utilize em outras preparações.