

## Título: Tostadas de atún

Responsable: Silvina Montivero

Fuente bibliográfica: Cocina y Salud – Recetas de la Fundación Favaloro.



Ingredientes para cuatro personas:

- *1 lata de atún al natural*
- *6 cucharadas de queso crema.*
- *3 rebanadas de pan integral.*
- *Aceite de oliva*
- *1 palta.*
- *El jugo de un limón.*
- *2 morrones cortados en tiritas.*
- *Sal y pimienta.*

**Preparación:** Mezclar el atún con sal y pimienta, añadir poco a poco el queso crema. Untar con un poco de aceite de oliva los panes integrales cortados en triángulos. Colocar encima de cada pan una

porción de esta crema y luego un trozo de palta cortado en láminas.  
Para que no se oxide, rociar con limón. Decorar con los morrones.