



CHILES RELLENOS DE ATÚN EN ESCABECHE

Ingredientes:

- 1 ½ litros de agua
- 6 chiles anchos
- 3 cucharadas de vinagre
- Sal, al gusto
- 1 cebolla, rebanada
- 2 hojas de laurel
- 1 cucharadita de orégano
- 1 cucharadita de tomillo

Para el relleno:

- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cebolla, picada
- 4 jitomates, sin semilla y picados
- 3 latas de atún, en agua, escurridas
- ¾ de taza de aceitunas verdes, sin hueso y picadas (180 gr)
- ¼ de taza de alcaparras (60 gr)
- 4 cucharadas de perejil, picado
- Sal y pimienta, al gusto

Procedimiento:

1. Para los chiles, calienta el agua y agrega los chiles, el vinagre, la sal y deja cocinar hasta que estén cocidos. Retira los chiles y límpialos. Para el escabeche, a esa misma agua agrega la cebolla, el laurel, orégano y tomillo y cocina hasta que la cebolla esté cocida. Reserva.
2. Para el relleno, calienta el aceite y fríe la cebolla, agrega los jitomates y deja cocinar por unos minutos añade el atún, las aceitunas, las alcaparras, el perejil, sazona al gusto y cocina unos minutos más.
3. Rellena los chiles con el atún, baña con el escabeche y ofrece.

Grado de dificultad:

Fácil

Porciones:

6