COCINANDOPORLAVIDA
Recetas paso a paso

Ver receta en la web



Espaguetis con atún rápidos y fáciles

Receta para 2

Preparación: 10 min
Total: 30 min
Dificultad: Muy fácil

INGREDIENTES

- [ ] 180 gramos Espaguetis
- [ ] 300 gramos Tomate triturado
- [ ] 2 latas Atún
- [ ] 80 gramos Cebolla
- [ ] 3 cucharadas Aceite de Oliva
- [ ] 1 litro Agua
- [ ] 1 pizca Orégano

PREPARACIÓN

1. Para comenzar con la receta, picamos la cebolla en trozos pequeños.

2. En una sartén mediana, ponemos el aceite y, una vez caliente, incorporamos la cebolla y dejamos que se dore.

3. Una vez se haya dorado, añadimos el tomate triturado. Removemos y dejamos que reduzca durante 5 minutos.

4. Mientras esté reduciendo el tomate, ponemos el agua a hervir en un cazo. Cuando esté hirviendo incorporamos los espaguetis y dejamos que se cocinen durante 9 minutos, si es que se quiere un resultado al dente; sino, se pueden dejar 2 minutos más. Puedes calcular la cantidad deseada de espaguetis usando el medidor que te recomendamos.

5. Cuando veamos que el tomate ha reducido un poco durante los primeros 5 minutos, ya podemos añadir el atún. Removemos bien para que quede bien repartido con el tomate y dejamos que se sofría junto al tomate y a la cebolla unos 3-4 minutos mientras mezclamos.

---

6. Para ir terminando, colamos los espaguetis con un colador y los escurrimos bien. Entonces ya podemos añadir la pasta a la salsa de atún con tomate que hemos preparado. Removemos bien y ya podemos servir acompañando los espaguetis de queso o de orégano. ¡Y listo! ¡Qué aproveche!