



EMPANADILLAS DE ATÚN

1

INGREDIENTES



2 paquetes de
obleas=32



8 huevos



6 latas de atún



Tomate
frito

UTENSILIOS

Cazo	Vitrocerámica	Tenedor	Cuenco	Papel de horno	Horno
Bandeja de horno	Brocha de	Cuchara	Tabla de	Guante de	Plato

PCVA Ámbito doméstico

I.E.S. Sierra Bermeja

Autor pictogramas: ARASAAC

Procedencia: ARASAAC(<http://arasaac.org>)

Licencia: CC(BY-NC-SA)

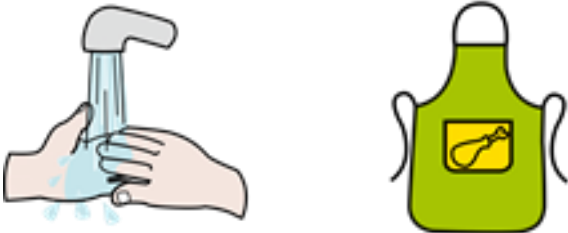



Autora: FRANCISCA R. MORENO GARCÍA



EMPANADILLAS DE ATÚN



2


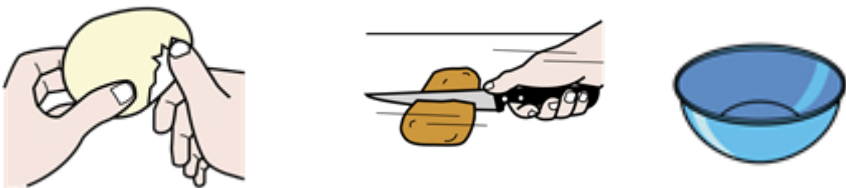



	cocina		cortar	horno	
Pasos a seguir					
1. Lavarse las manos y ponerse el delantal					
2. Cogemos los ingredientes y los utensilios					
3. Ponemos agua en el cazo y lo ponemos a calentar hasta que hierva					
4. Añadimos 6 huevos y los dejamos cocer 12 minutos.					



EMPANADILLAS DE ATÚN



3

5. Retiramos del fuego y dejamos enfriar.	
6. Pelar los huevos, cortarlos y echarlos en un bol.	
7. Echar el atún desmigado en el bol.	
8. Echar el tomate frito en el bol y remover.	
9. Ponemos el horno a calentar a 200°C y calor por arriba y por abajo	



EMPANADILLAS DE ATÚN



4

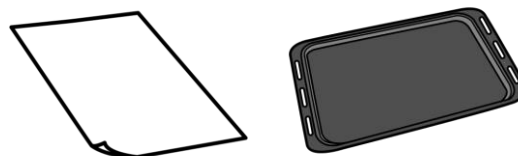
10. Rellenamos las empanadillas



11. Cerrarlas y marcarlas con un tenedor



12. Poner papel de horno en la bandeja. Y colocar las empanadillas.



13. Batir un huevo


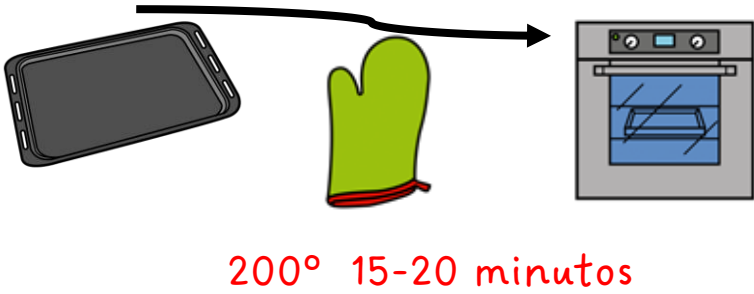
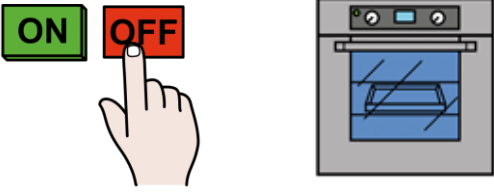






EMPANADILLAS DE ATÚN



5

<p>14. Pintar con el huevo las empanadillas.</p>	
<p>15. Metemos la bandeja en el horno. A 200°C, de 15 a 20 minutos, calor arriba y abajo.</p>	 <p>200° 15-20 minutos</p>
<p>16. Cuando estén doradas apagamos el horno.</p>	
<p>17. Nos ponemos el guante de horno y sacamos la fuente.</p>	
<p>18. Dejamos que se enfríe</p>	



EMPANADILLAS DE ATÚN



6

19. Las ponemos en el plato. Y listo para comer ¡Buen provecho!

