

SUFLÉ DE PATATAS AL HORNO CON QUESO DE BOLA CON ATÚN Y MAÍZ

ALMUERZO

INGREDIENTES

- 4 patatas grandes para hornear
- 25 g de mantequilla sin sal 100 ml de leche semidesnatada
- 30 g (2 cucharadas) de cebollino recién picado
- 2 huevos, con claras y yemas por separado
- 150 g de queso de bola semi o curado rallado
- 1 lata (198 g) de maíz dulce en grano
- 1 lata (200 g) de atún al natural, escurrido y desmenuzado

Para servir:

- Ensalada de tomate o judías verdes



PREPARACIÓN

1. Precalentar el horno a 200 °C. Colocar las patatas en una bandeja y hornearlas durante 55 minutos o 1 hora hasta que queden tiernas. Dejar que se enfríen un poco.
2. Cortarlas por la mitad y ahuecarlas, extrayendo casi todo su interior con una cuchara y dejar una cáscara de 5 mm de grosor aproximadamente.
3. Usar un tenedor para triturar la patata con mantequilla, cebollino y las yemas, hasta que quede una mezcla suave. Añadir a la mezcla casi todo el queso de bola semi o curado, el atún y el maíz. Sazonar al gusto con sal y pimienta negra recién molida.
4. Batir las claras a punto de nieve en un cuenco grande. Agregarlas a la mezcla de patata con ayuda de una cuchara grande.
5. Colocar las mitades de patata en la bandeja del horno y rellenarlas con la mezcla. Espolvorearlas con el queso de bola semi o curado restante y hornearlas durante otros 15-20 minutos hasta que se doren.
6. Servir 2 mitades por persona con una ensalada de tomate o judías verdes troceadas.

