



## Sándwich a la Provenzal

**Ingredientes** - Para 2 persona(s)

- 4 Ud. de *Pan de molde*
- 1 Ud. de *Atún en lata*
- 3 Cucharada(s) de *Tomate frito*
- 1 Ud. de *Cebolla*
- *Queso manchego*
- *Olivas negras*
- *Hierbas de Provenza*
- *Mantequilla*
- *Aceite de oliva*
- *Sal*

### Preparación

Paso 1 - Cortar ingredientes

Cortamos la cebolla en juliana. Extraemos el hueso a las olivas negras y sacamos el atún de la lata sin trocearlo mucho.

Paso 2 - Cocción

Ponemos un poquito de aceite de oliva en un paella y sofreímos la cebolla a fuego lento. Cuando coja color añadimos el atún, las olivas, el sofrito de tomate y espolvoreamos al gusto las hierbas de Provenza. Lo mezclamos bien y lo dejamos un par de minutos a fuego bajo.

Paso 3 - Preparar el sándwich

Preparamos dos rebanadas de pan y añadimos encima el sofrito que acabamos de hacer. Ponemos un poquito de mantequilla encima del pan e incluimos la loncha de queso. En cualquier caso, la mantequilla se puede substituir por acetite de oliva si se prefiere.

Paso 4 - Calentar el sándwich

Si **tenemos una sandwichera**, simplemente la calentamos, añadimos un poco de aceite de oliva o mantequilla, ponemos el sándwich dentro y lo sacamos cuando este bien tostado.

Si **no tenemos sandwichera**, como es mi caso, podemos hacerlo en una paella normal y corriente. Calentamos la paella con un poco de aceite de oliva o mantequilla, ponemos el sándwich dentro y con una pala o una tapa apretamos el pan contra la sartén. ¡Cuidado no os queméis!

Cuando este bien dorado lo sacamos y... ¡listo para comer!