

## FLANES DE BONITO CON TOMATE

**Preparación: 30 MINUTOS - Dificultad: MEDIA - Coste: MEDIO**



### Ingredientes para 4 personas

huevo, 3 unidad	salsa de tomate, 2 taza
leche evaporada, 1 taza	filete de anchoa, 12 unidad
bonito en aceite, 150 gramo	sal, al gusto
cebolla mediana, 1 unidad	pimienta molida, al gusto
aceite de oliva, 1 cucharada	pan, 4 rebanada
mantequilla, 1 cucharada	



### PREPARACIÓN:

Calentar el aceite en una sartén y rehogar la cebolla picada finamente hasta que esté transparente. Escurrir y reservar. Batir los huevos en un cuenco, añadir la cebolla, el bonito desmenuzado y escurrido, la leche, sal y pimienta. Engrasar unas flaneritas con la mantequilla y repartir la mezcla preparada. Colocarlos en una cazuela con agua caliente y llevar al horno precalentado, a 180º unos 15 ó 20 minutos, hasta que se cuajen. Pincharlos con una brocheta para comprobarlo. Desmoldar. Freir el pan o tostarlo. Repartir la salsa de tomate caliente en los platos, una rebanada de pan y un flan en cada uno. Decorar con las anchoas y aceitunas negras o al gusto.