

Mojete murciano

Ruralmur

ruralmur@regmurcia.com

<https://ruralmur.com/articulo/800/mojete-murciano>

Dirección: [Región de Murcia](#)



Para lograr el tradicional mojete murciano, entrante típico de la Huerta de Murcia, se debe realizar con antelación y dejarlo reposar para que absorba todos los sabores, principalmente el aceite de oliva.

El mojete es una receta que se ha preparado en la Región de Murcia desde el siglo XIX y que contiene productos del mar, la huerta y la granja para lograr una variedad de ensalada. Resulta un plato muy sabroso debido a que la combinación del sabor puro de las aceitunas con el tomate logra darle una gran frescura.

Se trata también de una receta muy nutritiva, gracias a su gran cantidad de vitaminas, minerales, fibras y sustancias con acción antioxidante.

Ingredientes para cuatro comensales

1 kg de tomate en conserva 1 cebolla tierna 2 huevos cocidos 2 latas de atún (en aceite o en escabeche) 150 gr de aceitunas negras Aceite de oliva y sal

Modo de Elaboración

Paso 1: Preparar ingredientes

- Cortar muy finamente el tomate en conserva y colocarlo en una ensaladera.
- Pelar y cortar la cebolla, añadir al tomate junto con el atún.

Paso 2: Hacer mezcla

- Cocer los huevos y trocearlos en forma de gajos.
- Repartir el huevo sobre los ingredientes de la ensaladera.
- Añadir las aceitunas por encima y aliñar con aceite de oliva y sal.

Mojete murciano

[Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)
<https://tinyurl.com/y52gvn8g>

Mojete murciano

[Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)
<https://tinyurl.com/y52gvn8g>