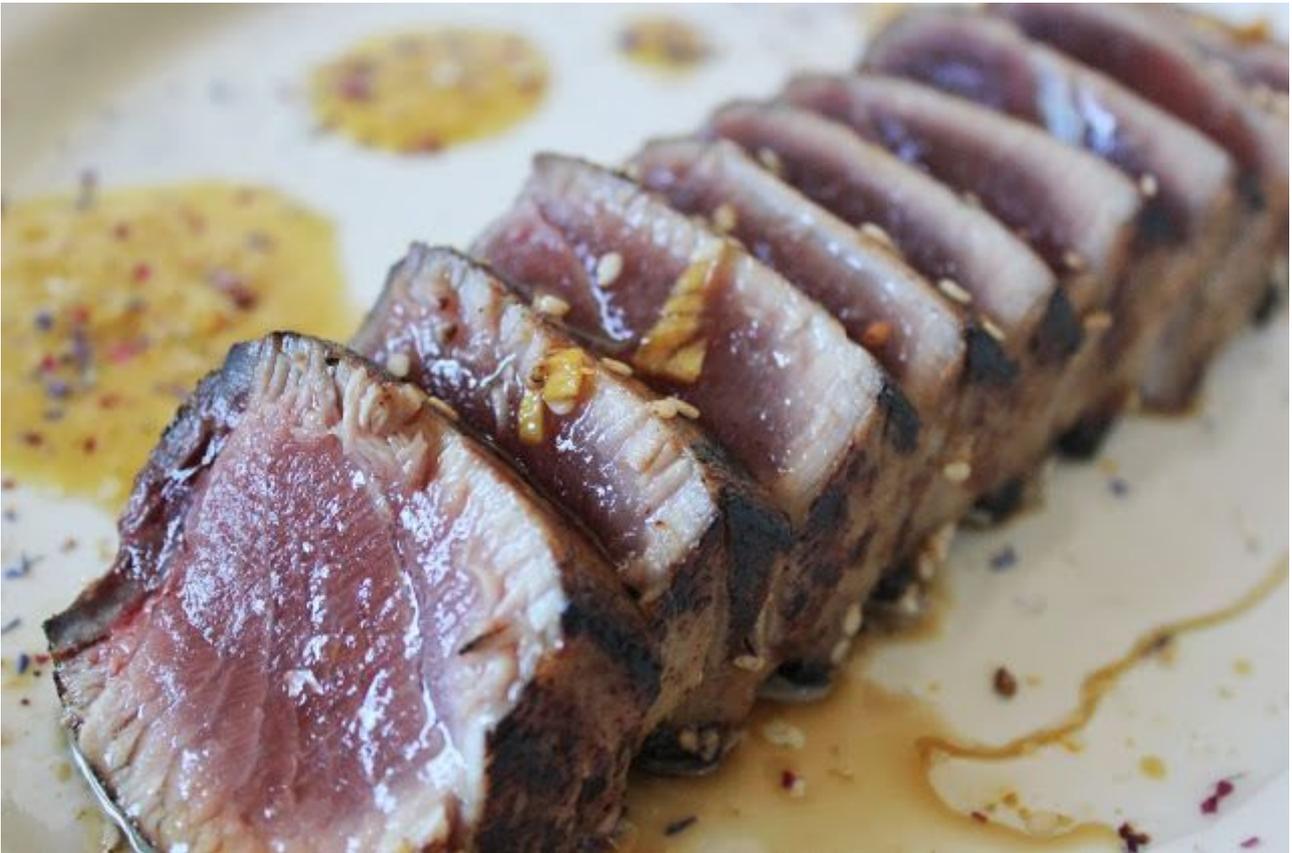


Tataki de Atún con Vinagreta de Miel de caña



Tataki de Atún con Vinagreta de Miel de caña

Ingredientes(para 4 Personas):

Para la vinagreta de Miel de Caña:

- Media Cebolleta.
- 40 gr. de Vinagre de Manzana.
- Medio vasito de Aceite de Oliva Virgen Extra.
 - 1 Cucharada de Mostaza.
 - 1 Cucharada de Miel de Caña.
- Una pizca de Sal y Pimienta blanca Molida.



Paso a Paso

Cortamos la cebolleta en semi-aros y la ponemos junto con el resto de los ingredientes en el vaso eléctrico triturando a velocidad media hasta emulsionar la salsa. Reservamos hasta emplatar.



Para el Tataki de atún:

- 600 gramos de lomo de atún.
 - Media Cebolleta.
- 4 Cucharadas de Salsa de Soja.
 - 5 gr. de Jengibre fresco.
- Sal y Sésamo de Wasabi. (se puede sustituir por un guisantito de pasta Wasabi)
 - 1 Cucharada de Sésamo.
 - 1 Vasito de Aceite de Girasol.



Saca del trozo de atún dos rectángulos de unos 5×6 cm. de grosor (los restos los usas para el tartar)

Pon en un recipiente con fondo plano (un tupper rectangular valdría) la salsa de soja con el aceite de girasol, la cebolleta cortada en media juliana y el jengibre picadito en brunoise, mezcla bien e introduce los lomos de atún para que se marinen durante un par de horas en la nevera (si no los cubre el marinado, les das la vuelta hacia la mitad del tiempo).

Saca los lomos del marinado y márcalos en una sartén bien caliente sin añadir nada de aceite, procura que sólo se cocinen dos milímetros de profundidad por cada cara del rectángulo de atún, el centro debe quedar crudo. Una vez sellado el atún lo rebozas en las semillas de sésamo y lo cortas en lonchas de medio cm. de grosor más o menos. Sirvelo acompañado de un poco de vinagreta de miel y regado con un par de cucharadas de su propia marinada. Espolvorea si tienes con un poco de sal de flores o sal maldón.



Listo!!!

