

Atún estilo asiático

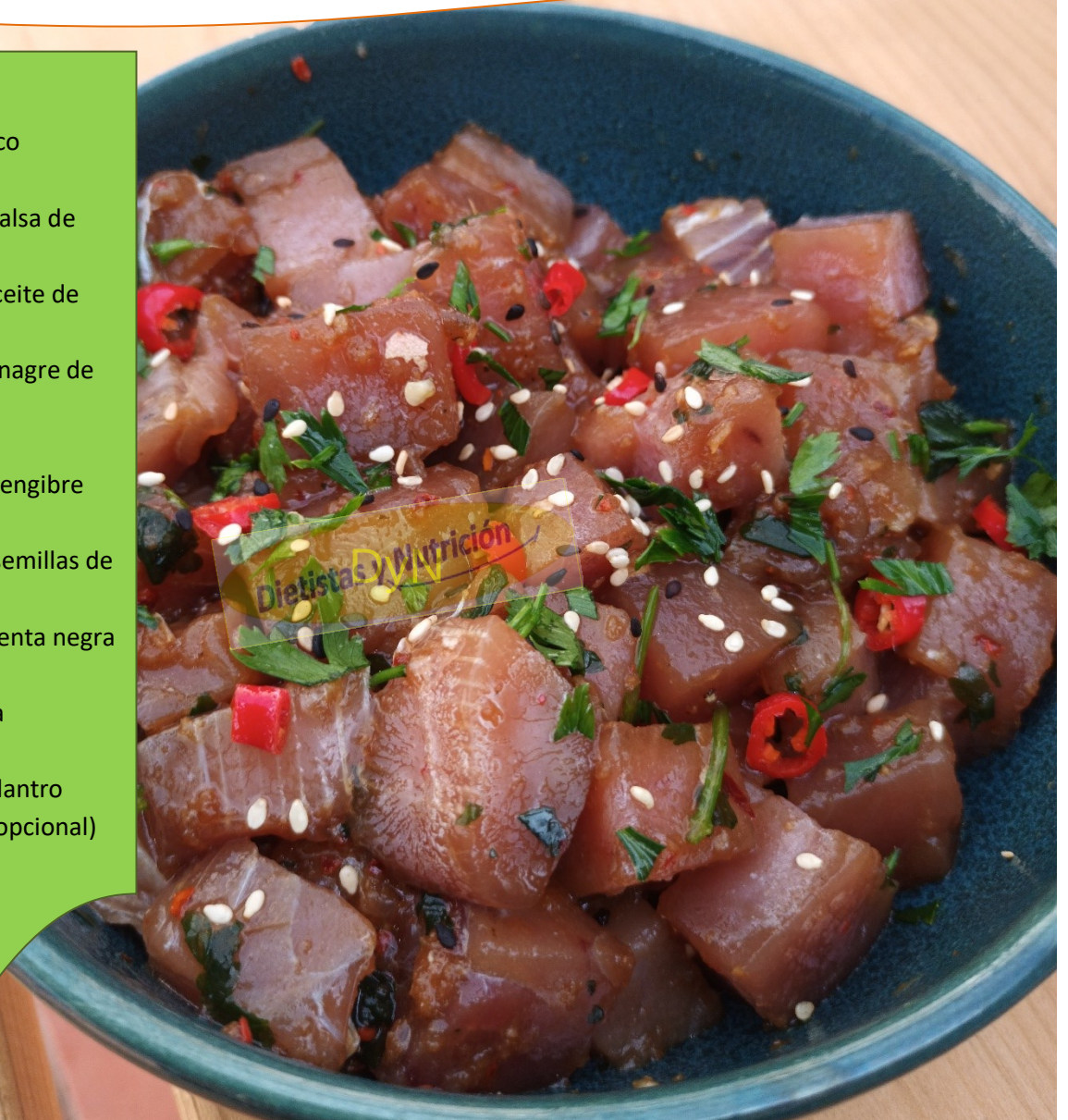
Es muy importante **congelar el pescado mínimo 48h** para este plato (o comprarlo ya congelado), **pues se consume crudo**. En dos días en el congelador es suficiente para acabar con la vida del anisakis haciendo que el consumo del pescado en crudo sea totalmente seguro. Se recomienda congelarlo en una pieza y dentro de una bolsa extrayendo al máximo el aire. Para descongelar sacar el día anterior a la nevera, para que no pierda propiedades organolépticas y sea lo más parecido al pescado fresco.

INGREDIENTES:

- 300g Atún fresco descongelado
- 2 Cucharadas Salsa de soja
- 1 Cucharada Aceite de sésamo
- 1 Cucharada Vinagre de arroz
- 1 Diente de ajo
- 1 Cucharadita Jengibre fresco rallado
- 1 Cucharadita semillas de sésamo
- 1 pizca de pimienta negra molida
- ½ Guindilla roja (opcional)
- 1 Cucharada Cilantro fresco picado (opcional)

2

Raciones



ELABORACIÓN:

1. En un bol poner el ajo rallado, jengibre rallado, salsa de soja, aceite y vinagre, mezclar
2. Secar el pescado entre dos hojas de papel de cocina, presionando ligeramente.
3. Cortar el atún en taquitos de un centímetro o centímetro y medio
4. Meter en atún en el adobo, agregar el cilantro y remover bien. Dejar reposar en la nevera al menos 30 minutos.
5. Decorar con unas rodajitas de guindilla y unas semillas de sésamo