Arroz con atún marinado



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Caldo de pescado: 1 L
Cebollas: 2 Unidades
Pimiento rojo: 1/2 Unidad
Pimiento verde: 1/2 Unidad
Arroz: 200 grs.
Cilantro Picado: 1 cda.
Aceite De Oliva: 3 cdas.
Pimiento amarillo: 1/2 Unidad
Sal y Pimienta: A gusto

Crujientes de pan

Aceite De Oliva: 5 cdas.
Ajo: 1 Diente
Peperoncino en polvo: Una pizca
Alcaparras: 1 cda.

Marinada

Atún rojo fresco: 200 g
Ajo: 2 Dientes
Aceite De Oliva: 1 Taza
Cilantro: 6 Hojas
Semillas De Coriandro: 1 cdita.

Preparación de la Receta

- Pele y corte una de las cebollas en *brunoise*.
- Pele y corte la *cebolla* restante en fina juliana.
- Corte los pimientos en fina juliana.
- En una olla caliente con una cucharada de aceite de oliva saltee la *cebolla* cortada en *brunoise* hasta transparentar, luego agregue el **arroz**, saltee nos minutos hasta dorarlo levemente y luego incorpore el caldo de *pollo* hasta cubrir el **arroz**, deje cocinar a fuego mínimo y añada caldo a medida que el **arroz** necesite.

- En una sartén caliente con el aceite de oliva restante saltee la *cebolla* cortada en juliana hasta transparentar, luego agregue los pimientos y sazone con sal y pimienta.
- Unos minutos antes de retirar el *arroz* del fuego incorpore el salteado de pimientos y *cebolla*, mezcle y una vez que el caldo se absorba por completo retire del fuego y espolvoree con *cilantro* picado y pimienta, mezcle y deje reposar.

Marinada

- Coloque el aceite de oliva en una olla junto con los dientes de *ajo* con piel, las semillas de coriandro y el *cilantro*, lleve a fuego mínimo y una vez que este caliente sin llegar a hervor retire del fuego.
- Corte el *lomo* de **atún** en finas laminas.
- Acomode las láminas en una fuente sin superponerlas y cubra con el aceite perfumado caliente, deje *marinar* durante 30 minutos aproximadamente.

Crujientes de pan

- Corte el pan en cubitos y tueste en el horno.
- Pele y pique el diente de *ajo*.
- En una sartén caliente con aceite de oliva saltee el *ajo* junto con los cubitos de pan, luego agregue las *alcaparras* y el *peperoncino*.

Armado

- En el centro de un plato forme un timbal de *arroz*, sobre este disponga unas laminas de *atún* marinado.

Presentación

- Acompañe con los crujientes de pan y decore con líneas del aceite de la marinación.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/arroz-con-atun-marinado