

Atún a la pimienta con salsa de cilantro y cuaresmeño

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Arroz con hongos

Manteca: 50 g

Vino Blanco: 100 cc

Sal y Pimienta: A gusto

Queso Parmesano Rallado: 50 g

Cebolla: 50 g

Arroz arborio: 300 g

Caldo de pescado: 800 cc

Crema de leche: 50 cc

Hongos Portobello: 150 grs.

Chile cuaresmeño: 15 g

Atún

Pimienta en grano: 30 g

Mostaza de Dijon: Cantidad necesaria

Atún: 800 g

Sal: A gusto

Aceite De Oliva: 50 cc

Salsa de cilantro

Manteca: 100 g

Almidón de Maíz: 5 grs.

Caldo de pescado: 500 cc

Ajo: 1 Diente

Cilantro: 20 Cantidad necesaria

Sal y Pimienta: A gusto

Chile cuaresmeño: 30 g

Tejas de parmesano

Pimienta negra recién molida: A gusto

Queso Parmesano: 200 grs.

Preparación de la Receta

Arroz con hongos

- Corte los *hongos* en cubos de 1 cm de lado.
- Pique finamente la *cebolla* y el *chile*
- En una sartén derrita la *manteca*.
- Agregue la *cebolla*, el *chile* y saltee unos segundos.
- Incorpore los *hongos*, sal, pimienta y deje cocinar unos segundos.
- Esparza el *arroz* y revuelva hasta que el *arroz* se vea transparente.
- Vierta el vino y deje evaporar el alcohol
- Deje cocinar durante 16 a 18 minutos añadiendo caldo caliente poco a poco.
- Revuelva de tanto en tanto durante toda la cocción.
- Finalmente añada la *crema* de leche, el queso rallado y mezcle bien.

Salsa de cilantro

- Corte el *chile* al medio y retire las semillas.
- Pique finamente el *ajo*.
- Pique la mitad del **cilantro**.
- En una *cacerola* con la mitad de la *manteca* rehogue el *chile* con el *ajo*.
- Agregue el *cilantro* entero, el caldo y lleve a hervor.
- Procese, pase a través de un colador y lleve nuevamente al fuego hasta que alcance el hervor.
- Añada el almidón disuelto en agua poco a poco y mezcle hasta obtener la consistencia deseada.
- Salpimiente y fuera del fuego agregue la *manteca* reservada poco a poco batiendo hasta que se funda.
- Termine con el *cilantro* picado.

Atún

- Machaque ligeramente los granos de pimienta.
- Corte el **atún** en medallones, condimente con sal y unte con la *mostaza*.
- Reboce por la pimienta machacada y reserve.
- En una sartén caliente con aceite de oliva selle los medallones de *atún* por todos sus lados.
- Termine la cocción en el horno caliente.

Tejas de parmesano

- Ralle el queso parmesano con la parte fina del rallador.
- En una sartén caliente disponga queso rallado hasta cubrir el fondo.
- Espolvoree pimienta recién molida por encima y deje cocinar hasta que se forme una costra en la base.
- Retire de la sartén y deje enfriar.

Presentación

- En el centro de un plato sirva una porción de *arroz*, encima sirva el pescado y rocíe los bordes con la salsa.
- Decore con las tejas de parmesano.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/atun-a-la-pimienta-con-salsa-de-cilantro-y-cuaresmeno>