

# Atún a la sidra con compota de pera y echalote

Tiempo de preparación: 40 Min



## Ingredientes

**Sal:** A gusto

**Azúcar moreno:** 1 cda

**Peras:** 2 Unidades

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria

**Sidra:** 1 Vaso

**Atún:** 3 Rodajas

**Echalote:** 3 Unidades

**Frutos secos:** A gusto

**Frijoles:** 200 g

## Preparación de la Receta

### Para comenzar

- Cortamos la pera y el echalote y las cocinamos en una *cacerola* junto al azúcar
- Dejamos que se caramelicé
- Seguidamente, en una sartén, muy caliente marcamos el **atún**, lo regamos con sidra y dejamos reducir.
- Por otro lado, en un bowl, mezclamos los frijoles y los frutos secos
- Condimentamos con aceite y sal.
- Emplatamos el *atún* y disponemos encima la compota
- Regamos con el *jugo* de sidra
- Terminamos el plato, acompañando con la ensalada de frijoles y frutos secos y espolvoreamos un poco de *perejil* picado.
- Servimos

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/atun-a-la-sidra-con-compota-de-pera-y-echalote>