Carpaccio de calabaza y atún rojo



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Atún

Hojas verdes:
Azucar: Cantidad necesaria
Calabaza: 1 Unidad
Sal gruesa: Cantidad necesaria
Jugo de Limón: 1 Taza
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Eneldo: 1 Taza
Atún rojo: 1 k

Pan de centeno

Agua: Cantidad necesaria
Masa madre: 300 g
Harina 000: 250 g
Sal: 30 g
Harina de centeno fino: 500 g

Preparación de la Receta

Pan de centeno

- Coloque todos los ingredientes en un bowl, mezcle y luego amase durante 20 minutos aproximadamente, deje reposar en un lugar calido durante 1 hora.
- Transcurrido el tiempo de reposo desgasifique la masa y separe en bollos, deje reposar nuevamente durante 1 hora mas.

Atún

- Coloque el **atún** en una fuente y cubra con el azúcar y la sal, deje reposar durante 12 horas.
- Transcurrido el tiempo de reposo lave el *atún* con abundante agua.

- Colóquelo nuevamente en una fuente limpia, cúbralo con aceite de oliva y perfume con *eneldo*, deje reposar nuevamente durante 24 horas, luego cuélelo.
- Pele la **calabaza** y córtela en finas rodajas con una mandolina.
- Colóquelas en una fuente con aceite de oliva y *jugo* de *limón*, deje *marinar* durante 3 horas aproximadamente.

Armado

- Tome los bollos de masa y de forma de zeppelines, o sea forma alargada, colóquelos en una placa, espolvoree con *harina* y realice unas incisiones superficiales y en diagonal sobre los panes.
- Cocine en horno precalentado a 200ºC hasta que estén levemente dorados.
- Una vez que el *atún* este escurrido córtelo en filetes, sazone con abundante aceite de oliva y espolvoree con *eneldo* picado.

Presentación

- Sirva en un plato una *rodaja* de *calabaza* y encima el *atún*, intercale hasta completar el plato y coloque en el medio un bouquet de hojas verdes a gusto.
- Acompañe con el pan de *centeno*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/carpaccio-de-calabaza-y-atun-rojo