

Ensalada de atún, cebolla y vinagreta de naranja

Tiempo de preparación: 60 Min



Ingredientes

Atún crudo: 400 g

Flores: Cantidad necesaria

Naranjas: 2 Unidades Zanahorias: 2 Unidades

Pepinillos en vinagre: 4 Unidades Tomate seco en aceite: 1 Unidad

Vinagre de jerez: A gusto

Cebollas tiernas: 2 Unidades Aceite De Oliva: 100 Ml.

Mostaza antigua en grano: 1 cdita. Pimienta Negra: Cantidad deseada

Tomate: 4 Unidades
Tomillo: 1 Ramita

Preparación de la Receta

Para comenzar

cocinamos el atú

N al vapor

Para ello

en una olla agregamos agua y le añ

- Adimos la piel de 1 naranja y su jugo, la zanahoria pelada y cortada a pequeños trozos, la cebolla en brunoise y una rama de tomillo
- Cuando el agua haya hervido, colocamos el **atún** en la vaporera y lo dejamos por 5 minutos.
- A continuación, dejamos enfriar y colocamos el *atún* en un recipiente con aceite de oliva frío con una rama de *tomillo* y un chorrito de *jugo* de *naranja*
- Lo reservamos

- Luego, le quitamos la piel a los tomates, los escaldamos y cuando estén fríos le quitamos la piel, lo cortamos en gajos y los reservamos
- Cortamos la cebolla en juliana muy fina y le añadimos el vinagre de jerez, la sal y la pimienta
- Dejamos reposar para que esta tenga un sabor más suave.

Para la vinagreta

- Cortamos bien fino el tomate seco, el pepinillo y unos tacos de naranja sin piel
- Luego, hacemos una mezcla con 100 ml de aceite de oliva, 100 ml de jugo de naranja, una cucharadita de café de mostaza antigua y un chorrito de vinagre de jerez al gusto, mezclamos todo y reservamos.

Para servir

en la base de un plato colocamos los gajos de naranja en forma de flor, en el centro el atú

- N en pedazos y le añadimos por encima la vinagreta y las tiras de cebolla
- Decoramos con una flor y servimos.

Consulta la receta original en https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-atun-cebolla-y-vinagreta-de-naranja